



# ★ファイトフィット錦糸町 1月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00 年中無休 祝日18時迄

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

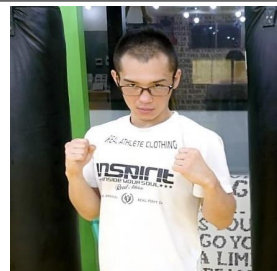
【クラス強度】♥運動不足の方 ♥♥心拍数を上げたい方 ♥♥♥選手向け

【クラス分類】 ■ボクシング ■キックボクシング ■柔術・寝技 ■総合格闘技 ■その他 ■無料体験

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 イゴリ 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥♥	【年始の営業】		7
8	ボクシング(初心者) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 イゴリ 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥	1/1(月) 12:00~15:00 1/2(火) 12:00~15:00 1/3(水) 7:00~18:00		8
9	ボクシング(中級テクニック) 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥♥	ボクシング(中級テクニック) 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥♥	ボクシング(ダイエット) 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥	キックボクシング(ダイエット) イゴリ 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(コンビネーションミット) 橋本 伊吹 難易度★★ 強度♥	1/4(木) 通常営業 1/8(月) 7:00~ 18:00		9
10	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 イゴリ 難易度★ 強度♥	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		10
11	ボクシング(初心者) 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ ミット1R	ボクシング 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	ボクシング(自主練習&ミット2R) 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥	キックボクシング(自主練習&ミット2R) イゴリ 難易度★ 強度♥	ボクシング(コンビネーションミット) 橋本 伊吹 難易度★★ 強度♥			12:00open 12:10start
12	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング 「無料体験限定」 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 水津 空良 難易度★ 強度♥	12
13	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ ミット1R	ボクシング(コンビネーションミット) 橋本 伊吹 難易度★★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	ボクシング(ダイエット) 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 水津 空良 難易度★ 強度♥	13
14	ボクシング(コンビネーションミット) 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥	ボクシング(コンビネーションミット) 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥ ミット1R	キックボクシング(コンビネーションミット) 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	ボクシング(コンビネーションミット) 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 水津 空良 難易度★ 強度♥♥	14
15	ボクシング(自主練習&ミット2R) 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	ボクシング(自主練習&ミット2R) 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	ボクシング(自主練習&ミット2R) 橋本 伊吹 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 麗 難易度★ 強度♥ ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ ミット1R	ボクシング(コンビネーションミット) 伊藤 義浩 難易度★★ 強度♥	ボクシング(コンビネーションミット) 水津 空良 難易度★★ 強度♥	15
16	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング(コンビネーションミット) 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(中級テクニック) 水津 空良 難易度★ 強度♥	16
17	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 水津 空良 難易度★ 強度♥	17
18	キックボクシング(キッズ) 「無料体験」(大人可) 小島 卓也 難易度★ 強度♥	キックボクシング(キッズ) 「無料体験」(大人可) 水津 空良 難易度★ 強度♥	キックボクシング(キッズ) 「無料体験」(大人可) 小島 卓也 難易度★ 強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング(キッズ) 「無料体験」(大人可) 水津 空良 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close		18
19	キックボクシング(ダイエット) 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(コンビネーションミット) 水津 空良 難易度★ 強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 take 難易度★ 強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 水津 空良 難易度★ 強度♥♥	※ミット1Rのクラスは、 参加人数3人以下の場合のみ ミットを1R持ちます。 参加人数4人以上の場合は ミットは持てませんのでご了承下さい。 また、途中から参加された方の ミットは持てない場合がございます		19
20	キックボクシング(初心者) 小島 卓也 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 水津 空良 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) take 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) take 難易度★ 強度♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 水津 空良 難易度★★ 強度♥			20
21	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 水津 空良 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(初心者) take 難易度★ 強度♥	キックボクシング(中級テクニック) 水津 空良 難易度★★ 強度♥			21
22	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 小島 卓也 難易度★ 強度♥	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 水津 空良 難易度★ 強度♥	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 小島 卓也 難易度★ 強度♥	キックボクシング(自主練習&ミット2R) take 難易度★ 強度♥	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 水津 空良 難易度★ 強度♥			22
23	22:45class ends		23:00 close				23	



<p><b>平丸 勝基</b></p> <p>ボクシング MMA キック キッズレスリング</p> <p>2000年プロボクシングA級トーナメント優勝 元OFB日本王者 元トリビュレートMMA65kg王者</p> <p>格闘技歴:30年</p> <p>本物の格闘技を楽しく笑顔でお届けします。</p>	<p><b>鈴木 優志</b></p> <p>1997年8月2日</p> <p>指導クラス:ボクシング</p> <p>格闘技歴:10年</p> <p>格闘技で日本を健康に!</p>	<p><b>橋本 伊吹</b></p> <p>1998年7月29日</p> <p>指導クラス:ボクシング</p> <p>格闘技歴:7年</p> <p>これからよろしくお願ひします!</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------



<p><b>リトシン・イゴリ</b></p> <p>1972年5月20日</p> <p>指導クラス:キックボクシング、ボクシング</p> <p>格闘技歴:ナイフディフェンス5年</p> <p>ボクシング10年、ムエタイ4年、大東流柔術20年</p>	<p><b>小島 卓也</b></p> <p>1991年7月21日</p> <p>指導クラス:キックボクシング</p> <p>格闘技歴:7年</p> <p>楽しく汗を流せるクラスを心がけてます。</p>	<p><b>水津 空良</b></p> <p>1999年8月30日</p> <p>指導クラス:キックボクシング</p> <p>格闘技歴:17年</p> <p>格闘技で日本を健康に!</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------



<p><b>伊藤 義浩</b></p> <p>生年月日 1975年4月1日</p> <p>指導クラス:キックボクシング、ボクシング</p> <p>格闘技歴:キックボクシング</p> <p>皆さんと楽しく練習をと思います。宜しくお願い致します。</p>	<p><b>伊藤 麗</b></p> <p>1997年11月15日</p> <p>指導クラス:キックボクシング</p> <p>格闘技歴:キックボクシング3年</p> <p>誰でも楽しむレッスンを心がけています!</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------