



★ファイトフィット高田馬場駅前 3月時間割★

【営業時間】平日7:00~22:00 or 23:00 土曜12:00~18:00 日曜12:00~18:00(年中無休) 祝日18時まで

【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	キックボクシング (モーニング) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 伊藤 力也 難易度★強度▼	※祝日は18時までの営業となります。		7		
8	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 安田 高久 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 力也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 安田 高久 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 力也 難易度★強度▼ミット1R	※3/20月曜日		8		
9	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度♥♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		9		
10	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 安田 高久 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 力也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 安田 高久 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 力也 難易度★強度▼ミット1R					10
11	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 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 (中級テクニック) 安田 高久 難易度★★強度♥♥	キックボクシング (中級テクニック) 安田 高久 難易度★★強度♥♥	キックボクシング (中級テクニック) 伊藤 力也 難易度★★強度♥♥			12:00open 12:10start		11
12	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング 【無料体験限定】 塚原 健二 難易度★強度▼	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 (初心者) 池端 孝夫 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 安田 高久 難易度★強度▼	12		
13	ボクシング(初心者) 【無料体験】 塚原 健二 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 塚原 健二 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 力也 難易度★強度▼ミット1R	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(初心者) 【無料体験】 伊藤 力也 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) 池端 孝夫 難易度★★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★★強度♥	13		
14	ボクシング (ダイエット) 塚原 健二 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 伊藤 力也 難易度★★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 伊藤 力也 難易度★★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 池端 孝夫 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 安田 高久 難易度★強度▼	14		
15	ボクシング 【無料体験限定】 塚原 健二 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 【無料体験限定】 伊藤 力也 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 安田 高久 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 伊藤 力也 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 池端 孝夫 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 安田 高久 難易度★強度♥	15		
16	ボクシング (ダイエット) 塚原 健二 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 池端 孝夫 難易度★★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 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)	キックボクシング (コンビネーションミット) 難易度★強度♥	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 (ダイエット) 池端 孝夫 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度♥♥	17		
18	ボクシング (ダイエット)【無料体験】 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット)【無料体験】 平丸 勝基 難易度★強度♥♥	ボクシング (コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	ボクシング (テクニック) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	17:45class end 18:00close		18		
19	フィジカルトレーニング (初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 平丸 勝基 難易度★★強度♥	ボクシング (ダイエット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	ボクシング (コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 志賀 十八郎 難易度★強度♥	*ファイトフィットはマ斯巴、スパーリング等禁止 となっております。 対人練習を行う場合は、必ずインストラクターの 管理のもと行ってください。		19		
20	ボクシング (コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット)【無料体験】 平丸 勝基 難易度★強度▼♥♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (ダイエット) 志賀 十八郎 難易度★強度♥♥	*インストラクターの都合により、時間割と担当者が 変更されることがあります。 *sns等で告知しますのでご確認の上ご来店ください。		20		
21	ボクシング 【無料体験限定】 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 平丸 勝基 難易度★強度♥	ボクシング 【無料体験限定】 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	ボクシング 【無料体験限定】 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	ボクシング (コンビネーションミット) 志賀 十八郎 難易度★★強度♥♥	*初心者クラスでも会員さん同士での ミットの持ち合いを行うことがあります。 *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ください。 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。		21		
22	21:45 class end 22:00 close				ボクシング (自主練習&ミット2R) 志賀 十八郎 難易度★強度♥			22		
23	22:45 class end 23:00 close							23		