



# ★ファイトフィット蒲田 3月時間割★

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

【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 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 新井 一世 難易度★強度♥	営業時間のお知らせ 3/20水曜日7:00-18:00			
8	フィジカルトレーニング (初級) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 野上 昂生 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 新井 一世 難易度★強度♥♥				
9	キックボクシング (ダイエット) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 (初心者) 新井 一世 難易度★強度♥				
10	ボクシング 「無料体験限定」 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 野上 昂生 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 新井 一世 難易度★強度♥ミット1R	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!			
11	総合格闘技 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 新井 一世 難易度★強度♥♥				
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	フィジカルトレーニング (中級) 福岡 未未 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	キックボクシング 「無料体験限定」 ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 伊藤 勝紀 難易度★強度♥		
13	キックボクシング (初心者) 野崎 純也 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 新井 一世 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 勝紀 難易度★強度♥		
14	キックボクシング (ダイエット) 野崎 純也 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 福岡 未未 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 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 新井 一世 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 伊藤 勝紀 難易度★強度♥		
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 芳元 杏心 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 野崎 純也 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 福岡 未未 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 斎藤 良 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 伊藤 勝紀 難易度★強度♥♥		
16	キックボクシング (初心者) 芳元 杏心 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野崎 純也 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	フィジカルトレーニング (初心者) 斎藤 良 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 勝紀 難易度★強度♥		
17	キックボクシング (ダイエット) 芳元 杏心 難易度★強度♥♥	総合格闘技 (中級) 福岡 未未 難易度★★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 野崎 純也 難易度★強度♥♥	フィジカルトレーニング (初級) 福岡 未未 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 斎藤 良 難易度★強度♥♥	自主練習&ミット2R (初心者) ルイ 難易度★強度♥	自主練習&ミット2R (初心者) 伊藤 勝紀 難易度★強度♥		
18	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	17:45class ends 18:00close			
19	キックボクシング (ダイエット) 芳元 杏心 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 芳元 杏心 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 野崎 純也 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 勝紀 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 斎藤 良 難易度★強度♥	※無料体験者限定クラスは、 一般のクラスは実施しておりませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。			
20	キックボクシング (初心者) 芳元 杏心 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 芳元 杏心 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野崎 純也 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 勝紀 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 斎藤 良 難易度★強度♥♥	※ファイトフィット店では、マスマーリングを 含むスマーリングは禁止です。 対人練習を行う場合はインストラクターの 管理のもと行ってください。 ※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。			
21	キックボクシング(ダイエット) 芳元 杏心	キックボクシング(初心者) 芳元 杏心	キックボクシング(ダイエット) 野崎 純也	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 勝紀	フィジカルトレーニング(中級) 斎藤 良	参加人数4人以上の場合はミットは持たせませんのでご了承 下さい。 また、途中から参加された方のミットは持たない場合がございます。			
	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習				
22	21:45class ends 22:00 close								
23									



**福岡 未来**

2001年5月27日(22)  
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技  
格闘技歴:空手 総合格闘技  
継続は力なり、理想の自分になりましょう



**新井 一世**

1982年8月19日(41)  
指導クラス:ボクシング、ムエタイ  
格闘技歴:12年  
ニーズにあった指導をしています!



**斎藤 良**

非公開  
指導クラス キックボクシング フィジカル  
格闘技歴 キックボクシング ボクシング  
自分のペースで頑張りましょう



**野上 昂生**

2000年11月30日(23)  
指導クラス ボクシング  
格闘技歴 ボクシング12年  
皆さんと楽しくボクシングできると嬉しいです!



**ルイ**

2003年11月15日(20)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:キックボクシング  
楽しくトレーニングしましょう!



**伊藤 勝紀**

非公開  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:キックボクシング  
丁寧な指導を心がけております!

**芳元 巻心**

2001年11月20日(22)  
指導クラス キックボクシング  
格闘技歴 キックボクシング  
初心者の方でも楽しいレッスンにします!

**野崎 純也**

1987年4月  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:キックボクシング  
キックボクシングを楽しみましょう!