



# ★ファイトフィット渋谷宇田川町 4月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 土曜 13:00~18:00 日曜 13:00~18:00(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 ■その他 ■無料体験限定

	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) 菅 龍太郎 難易度★強度♥	キックボクシング (モーニング) 藤田 岳生 難易度★強度♥	ボクシング (モーニング) 福井 勝也 難易度★強度♥	ボクシング (モーニング) 難易度★強度♥	ボクシング (モーニング) 菅 龍太郎 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。	
8	ボクシング(初心者) 「無料体験」 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 藤田 岳生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 福井 勝也 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R		
9	ボクシング (初心者) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 藤田 岳生 難易度★強度♥♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 福井 勝也 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R		
10	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 藤田 岳生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 福井 勝也 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度♥♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	
11	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) 藤田 岳生 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 福井 勝也 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (自主練習&ミット2R) 菅 龍太郎 難易度★強度♥		
12	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 芹沢 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)	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)	13:00open 13:10start	
13	キックボクシング (ダイエット) 芹沢 難易度★強度♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (コンビネーションミット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 山田 耕平 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 村山 玄拓 難易度★強度♥
14	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 芹沢 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) 菅 竜太郎 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 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 (コンビネーションミット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 山田 耕平 難易度★強度♥♥	ボクシング (コンビネーションミット) 村山 玄拓 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) 芹沢 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 村山 玄拓 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)	ボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 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) 山田 耕平 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥
16	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング(初心者) 「無料体験」 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 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) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥	キックボクシング 「無料体験限定」 山田 耕平 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 村山 玄拓 難易度★強度♥
17	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野津 良太 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) 「無料体験」 村山 玄拓 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) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 山田 耕平 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 村山 玄拓 難易度★強度♥
18	キックボクシング 「無料体験限定」 野津 良太 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 菅 龍太郎 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)	17:45class ends 18:00close	
19	キックボクシング (初心者) 野津 良太 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) koki 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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。	
20	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) koki 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) koki 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥	※4/29(月) 祝日18:00までの営業	
21	キックボクシング(初心者) 野津 良太	ボクシング(初心者) 菅 龍太郎	キックボクシング(初心者) 村山 玄拓	キックボクシング(初心者) koki	キックボクシング(初心者) 村山 玄拓		
21:30	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							



**菅 龍太郎**  
 1990年5月7日(33)  
 指導クラス:ボクシング  
 戦歴:81戦62勝19敗  
 カッコイイよく練習しましょう!



**村山 玄拓**  
 1990年12月4日(33)  
 指導クラス:キック、ボクシング  
 競技歴:ボクシング、総合  
 ご来店お待ちしております。



**福井 勝也**  
 1996年9月7日(27)  
 指導クラス:ボクシング  
 競技歴:ボクシング20年  
 楽しいレッスンを心がけます!



**藤田 岳生**  
 1987/9/14(36)  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:空手8年  
 一緒に丁寧な動作で蹴りましょう!



**野津 良太**  
 1987年6月18日(36)  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:キックボクシング5年  
 キックボクシングで健康になりましょう!



**山田 耕平**  
 1984年7月28日(39)  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:キックボクシング  
 ご来店お待ちしております。

COMING SOON

**koki**  
 生年月日:非公開  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:キックボクシング  
 ご来店お待ちしております。

COMING SOON

**芹沢**  
 生年月日:非公開  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:キックボクシング  
 ご来店お待ちしております。