



★ファイトフィット北千住 7月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 ※木曜 7:00~22:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(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 ■その他 ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
	7:00open 7:10start							
7	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 鈴木 宗義 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 鈴木 宗義 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 若林 龍翔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 若林 龍翔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 旭野・若林 難易度★強度♥ミット1R	7月21日(月)7時~18時		7
8	キックボクシング (コンビネーションミット) 鈴木 宗義 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) 鈴木 宗義 難易度★★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 若林 龍翔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 若林 龍翔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 旭野・若林 難易度★強度♥ミット1R			8
9	キックボクシング (初心者) 鈴木 宗義 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 鈴木 宗義 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) 若林 龍翔 難易度★★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 若林 龍翔 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) 旭野・若林 難易度★★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 岡本 義都 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 岡本 義都 難易度★強度♥	9
10	キックボクシング 「無料体験限定」 鈴木 宗義 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 鈴木 宗義 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 若林 龍翔 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 若林 龍翔 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 旭野・若林 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 岡本 義都 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 岡本 義都 難易度★強度♥ミット1R	10
11	キックボクシング (ダイエット) 鈴木 宗義 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 鈴木 宗義 難易度★強度♥♥ミット1R	有酸素キックボクシング 若林 龍翔 難易度★強度♥♥ミットなし	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) 岡本 義都 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) 岡本 義都 難易度★強度♥♥ミット1R	11
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)	テコンドー 「無料体験限定」 藤本 蓮 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	12
13	キックボクシング (初心者) 鈴木 宗義 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) 伊藤 義浩 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 岡本 義都 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 藤本 蓮 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 藤本 蓮 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 岡本 義都 難易度★強度♥ミット1R	13
14	キックボクシング (ダイエット) 鈴木 宗義 難易度★強度♥♥ミット1R	テコンドー (ダイエット) 藤本 蓮 難易度★強度♥♥ミット1R	フルックス(ヨガ) 自主練、サンドバック禁止 伊藤 義浩 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 岡本 義都 難易度★強度♥♥ミット1R	テコンドー (初心者) 藤本 蓮 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) 藤本 蓮 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 岡本 義都 難易度★強度♥♥ミット1R	14
15	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 鈴木 宗義 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 藤本 蓮 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 義浩 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 岡本 義都 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) 藤本 蓮 難易度★強度♥ミット1R	テコンドー (ダイエット) 藤本 蓮 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) 岡本 義都 難易度★強度♥ミット1R	15
16	フリートレーニング (インストラクター不在)	テコンドー(初心者) 「無料体験」 藤本 蓮 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♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 岡本 義都 難易度★★強度♥ミット1R	テコンドー (ダイエット) 藤本 蓮 難易度★強度♥♥ミット1R	テコンドー(初心者) 「無料体験」 岡本 義都 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 岡本 義都 難易度★強度♥♥ミット1R	16
17	キックボクシング (初心者) 藤本 蓮 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)	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 藤本 蓮 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 岡本 義都 難易度★強度♥	17
18	テコンドー(初心者) 「無料体験」 藤本 蓮 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 藤本 蓮 難易度★強度♥ミットなし	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) 若林 龍翔 難易度★★強度♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 旭野 穂 難易度★強度♥ミットなし	17:45class ends 18:00close ※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。 ※祝日は18時までの営業になります。 ※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。		18
19	テコンドー (ダイエット) 藤本 蓮 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (グループ) 藤本 蓮 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 旭野 穂 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 若林 龍翔 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 旭野 穂 難易度★強度♥ミットなし			19
20	キックボクシング (コンビネーションミット) 藤本 蓮 難易度★強度♥♥ミットなし	テコンドー (ダイエット) 藤本 蓮 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 旭野 穂 難易度★強度♥♥ミットなし	有酸素キックボクシング 若林 龍翔 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 旭野 穂 難易度★強度♥♥ミットなし			20
21	キックボクシング (中級テクニック) 藤本 蓮 難易度★強度♥ミットなし	テコンドー(初心者) 「無料体験」 藤本 蓮 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 旭野 穂 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (中級テクニック) 若林 龍翔 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 旭野 穂 難易度★強度♥ミットなし			21
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 藤本 蓮 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 藤本 蓮 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 旭野 穂 難易度★強度♥	21:45class ends 22:00 close	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 難易度★強度♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23

店舗代表 若林 龍翔

2003年10月9日(21)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
水曜7時~12時
木曜7時~11時、18時~22時、金曜7時~11時
格闘技歴:キックボクシング2年 若さNo.1
一言:楽しくレッスンします! 気持ちよく汗を流しましょう



藤本 蓮

2004年2月28日(21)
指導クラス:テコンドー、キックボクシング
指導時間:月曜17時~23時、火曜14時~23時
金曜13時~17時、土曜12時~18時
格闘技歴:テコンドー13年 声出しNo.1
一言:テコンドーを皆様で楽しみましょう



岡本 義都

1999年8月2日(25)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:木曜13時~17時、土曜9時~12時
日曜9時~18時
格闘技歴:8年 元気No.1
一言:格闘技で健康に!



旭野 穂

1993年1月21日(32)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:金曜7時~11時、18時~22時
水曜19時~23時
格闘技歴:キックボクシング10年 レッスンNo.1
初代KROSS×OVER
スーパーフェザー級チャンピオン
一言:皆さんの一撃強化、体力向上のお力になれば嬉しいです。



伊藤 義浩

1975年4月1日(50)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:水曜13時~17時
格闘技歴:キックボクシング10年 大人の対応No.1
一言:皆さんと楽しく練習します!

店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net