



# ★ファイトフィットガール目黒白金 1月時間割★

JR「目黒駅」徒歩5分！2018年12月1日オープン！  
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【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)  
 【クラス難易度】 ★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜			
7	7:10 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)	7:10 モーニングキック 漆館★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)	7:10 モーニングキック 山岡★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)	※ファイトフィットガール目黒白金は 女性専用です。 男性会員様は入店できません。  ※月曜21時のHIITとは 「高強度インターバルトレーニング」です。 詳しくはインストラクターまでご確認ください。  12:00 open		7		
8	8:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 工藤★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)			8		
9	9:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	9:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	9:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)			9		
10	10:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 漆館★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 工藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 山岡★(無料体験)	10:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)			10		
11	11:00 初心者キックボクシング 山中★	11:00 超初心者キックボクシング 漆館★	11:00 初心者ボクシング 工藤	11:00 超初心者キックボクシング 山岡★	11:00 超初心者キックボクシング ハリイ★			11		
12	12:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	12:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在			12:10 有酸素ボクシング ハリイ★(無料体験)	12:10 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	12
13	13:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	ヨガ ありえ★(体験)    ダイエットキック 漆館★	13:00 ダイエットキック 工藤★(無料体験)	13:00 ヨガ ありえ★(無料体験)	13:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)			13:00 ダイエットキック ハリイ★	13:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	13
14	14:00 K-POPダンス 香子★(無料体験)	ヨガストレッチ ありえ★    ダイエットキック 漆館★(体験)	14:00 K-POPダンス 香子★(無料体験)	14:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)			14:00 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	14:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 工藤★(無料体験)	15:00 ヨガ ありえ★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)			15:00 初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	15:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	15
16	16:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 市川★(無料体験)	16:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	16:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)			16:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 山中★	17:00 超初心者キックボクシング 市川★	17:00 K-POPダンス 香子★	17:00 ダンス初心者 香子★	17:00 超初心者キックボクシング ハリイ★			17:00 超初心者キックボクシング ハリイ★	17:00 ダイエットボクシング 塚原★	17
18	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:50クラス終了 18:00close		18		
19	19:00 初心者ボクシング 工藤★(無料体験)	超初心者キック 中村剣★(体験)    K-POPダンス 香子★	19:00 超初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	19:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	19:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	19				
20	初心者キック 工藤★    ピラティス Nami★(体験)	初心者キック 中村剣★    ダンス初心者 香子★(体験)	20:00 初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	20:00 ダイエットボクシング 菅★(無料体験)	20:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	20				
21	21:00 体幹トレーニング(HIIT) Nami★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 中村剣★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	21				
22	初心者 ボクシング 工藤★    リラクゼーションピラ ティス Nami★	22:00 ダイエットキック 中村剣★	22:00 ダイエットキック 山岡★	22:00 ダイエットボクシング 菅★	22:00 ダイエットボクシング 塚原★	22				
23	22:50 クラス終了 23:00 close						23			