



★ファイトフィット新宿 1月時間割★

JR新宿駅西口徒歩6分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！

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】 月～金曜7:00～23:00 土曜12:00～18:00 日曜12:00～18:00 (年中無休)

月曜		火曜		水曜		木曜		金曜		土曜		日曜						
7	7:10 モーニングキック 石戸谷★	7:10 モーニングボクシング 菅★	7:10 モーニングボクシング 出田★	7:10 モーニングキック 石戸谷★	7:10 モーニングテコンドー 並木★	12:00 open 12:10クラス開始						7						
8	8:00 初心者キック 石戸谷★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 菅★	8:00 初心者ボクシング 出田★	8:00 初心者キック 石戸谷★(無料体験)	8:00 テコンドーキック 並木★							8						
9	9:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★	9:00 超初心者ボクシング 菅★	9:00 超初心者ボクシング 出田★	9:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★	9:00 超初心者キックボクシング 並木★							9						
10	10:00 ダイエットキック 石戸谷★	10:00 ダイエット ボクシング 菅★	10:00 ダイエット ボクシング 出田★	10:00 ダイエットキック 石戸谷★	10:00 初級フィジカル 並木★							10						
11					11:00 テコンドーキック 並木★							11						
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 ヨガ LINA★	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在							初心者 ボクシング 森光★	超初心者キック 野口★(体験)	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	フリー&ミット 菅★	12		
13	初心者 ボクシング 濱道★	超初心者キック 石戸谷★(体験)	13:00 超初心者ボクシング 菅★	13:00 超初心者ボクシング 濱道★	初心者 ボクシング 出田★							超初心者キック 石戸谷★(体験)	13:00 超初心者ボクシング 濱道★	初心者 ボクシング 森光★	初心者キック 野口★	フリー&ミット 箕浦★	初心者 ボクシング 菅★	13
14	超初心者 ボクシング 濱道★(体験)	初心者キック 石戸谷★	14:00 ダイエットボクシング 菅★	14:00 ダイエットボクシング 濱道★(無料体験)	超初心者 ボクシング 出田★(体験)							初心者キック 石戸谷★	14:00 ダイエットボクシング 濱道★	初心者 ボクシング 森光★	ダイエットキック 野口★	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	フリー&ミット 菅★	14
15	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットボクシング 出田★	15:00 ダイエットボクシング 濱道★							超初心者 ボクシング 森光★	初心者キック 野口★(体験)	フリー&ミット 箕浦★	ダイエット ボクシング 菅★	15		
16	16:00 初心者ボクシング 濱道★	16:00 初心者ボクシング 濱道★	16:00 初心者ボクシング 濱道★	16:00 初心者ボクシング 出田★	16:00 初心者ボクシング 濱道★							初心者 ボクシング 森光★	ダイエットキック 野口★	ダイエット ボクシング 濱道★(体験)	フリー&ミット 菅★	16		
17	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者ボクシング 出田★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★							初心者 ボクシング 森光★	キックボクシング 野口★	フリー&ミット 箕浦★	初心者 ボクシング 菅★	17		
18	18:00 ダイエットボクシング 濱道★	初心者ボクシング 濱道★	ダイエット キック 藤井啓吾★	18:00 初心者ボクシング 濱道★	18:00 ダイエットキック 藤井啓吾★	キックボクシング 須藤★	ダイエット ボクシング 菅★	17:50クラス終了 18:00close						18				
19	初心者キック 須藤★	初級フィジカル 杉本★	キック ボクシング 須藤★	超初心者 キック 中桐★(体験)	フリー&ミット 藤井啓吾★	初級 フィジカル 杉本★	初心者 ボクシング 菅★	初心者キック 児玉★	19:00 キック ボクシング 吉田貴広★	超初心者キック 藤井啓吾★	初心者キック 須藤★	19:00 超初心者 ボクシング 菅★	※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		19			
20	キック ボクシング 須藤★	中級 フィジカル 杉本★	初心者 ボクシング 横田★(体験)	フリー&ミット 須藤★	ダイエット キック 中桐★	超初心者 キック 藤井啓吾★	中級 フィジカル 杉本★	初心者 ボクシング 菅★	超初心者 キック 児玉★(体験)	初心者キック 藤井啓吾★	キックボクシング 須藤★	超初心者 ボクシング 菅★	※ヨガクラスの時間はサンドバッグの使用及 び自主練習はできません。1/22火曜日はヨガ クラス休講となります。		20			
21	21:00 初心者ボクシング 横田★	初心者ボクシング 横田★	キック ボクシング 須藤★	ダイエット キック 中桐★(体験)	フリー&ミット 藤井啓吾★	超初心者 ボクシング 菅★	超初心者寝技 児玉★	21:00 ダイエット キック 吉田貴広★	超初心者キック 藤井啓吾★	初心者キック 須藤★	ダイエット ボクシング 菅★	21						
22	初心者キック 須藤★	中級ボクシング 横田★	フリー&ミット 須藤★	超初心者 総合 中桐★	初心者キック 藤井啓吾★	初心者ボクシング 菅★	超初心者総合 児玉★	22										
23	22:50クラス終了 23:00 close												23					