

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2016/10/20

2016/11/1~2016/11/8

	11月1日(火)	11月2日(水)	11月3日(木)	11月4日(金)	11月5日(土)	11月6日(日)	11月7日(月)	11月8日(火)
10:00	10:00~10:45 Beauty Lower Body Masumi	10:00~10:45 CORE Beginner Masumi	10:00~10:45 Basic Arisa	10:00~10:45 Balance Shinji	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji	10:00~10:45 CORE Beginner Shinji	研修	研修
11:30	11:30~12:15 Balance Shinji	11:30~12:15 Basic Arisa	11:30~12:15 Balance Chisa	11:30~12:15 Basic Arisa	11:30~12:15 Basic Chisa	11:30~12:15 Beauty Lower Body Arisa		
13:00	13:00~13:45 CORE Beginner Masumi	13:00~13:45 Beauty Lower Body Masumi	13:00~13:45 Sun Energy Yoga Arisa	13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji	13:00~13:45 Balance Shinji	13:00~13:45 Basic Arisa		
14:30			14:30~15:15 Beauty Lower Body Masumi		14:30~15:15 CORE Beginner Masumi	14:30~15:15 Circuit Shape Step (members only) Shinji		
16:00			16:00~16:45 Balance Chisa		16:00~16:45 Balance Chisa	16:00~16:45 Basic Arisa		
17:00								
18:00	18:00~18:45 Balance Shinji	18:00~18:45 Basic Arisa		18:00~18:45 Basic Arisa	18:00~18:45 Beauty Lower Body Masumi	17:30~18:15 Balance Chisa		
19:00	19:05~19:50 Basic Arisa	19:05~19:50 CORE Beginner Chisa		19:05~19:50 Balance Chisa				
20:00	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Shinji	20:10~20:55 Balance Shinji		20:10~20:55 Beauty Lower Body Masumi				
21:00	21:15~22:00 Sun Energy Yoga Arisa	21:15~22:00 Basic Chisa		21:15~22:00 CORE Beginner Chisa				

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2016/10/20

2016/11/9~2016/11/16

	11月9日(水)	11月10日(木)	11月11日(金)	11月12日(土)	11月13日(日)	11月14日(月)	11月15日(火)	11月16日(水)	
10:00	研修	10:00~10:45 CORE Beginner Masumi	10:00~10:45 Basic Arisa	10:00~10:45 Balance Shinji	10:00~10:45 Beauty Lower Body Masumi	定休日	10:00~10:45 Balance Shinji	10:00~10:45 Beauty Lower Body Arisa	
11:30		11:30~12:15 Basic Arisa	11:30~12:15 Balance Shinji	11:30~12:15 Basic Chisa	11:30~12:15 Sun Energy Yoga Arisa		11:15~12:00 Basic Arisa	11:15~12:00 CORE Beginner Chisa	
13:00		13:00~13:45 Beauty Lower Body Masumi	13:00~13:45 Sun Energy Yoga Arisa	13:00~13:45 Beauty Lower Body Masumi	13:00~13:45 CORE Beginner Masumi		12:30~13:15 Circuit Shape Step (members only) Shinji	12:30~13:15 Basic Arisa	
14:30				14:30~15:15 Circuit Shape Step (members only) Shinji	14:30~15:15 Balance Chisa				
16:00				16:00~16:45 Basic Arisa	16:00~16:45 Basic Arisa				
17:00							17:30~18:15 Balance Chisa		
18:00		18:00~18:45 Sun Energy Yoga Arisa	18:00~18:45 Balance Shinji	18:00~18:45 Balance Masumi				18:30~19:15 Basic Chisa	18:30~19:15 Balance Shinji
19:00		19:05~19:50 Balance Shinji	19:05~19:50 CORE Beginner Masumi					19:45~20:30 Balance Chisa	19:45~20:30 Sun Energy Yoga Chisa
20:00		20:10~20:55 Basic Arisa	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Shinji					21:00~21:45 Beauty Lower Body Arisa	21:00~21:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji
21:00		21:15~22:00 Circuit Shape Step (members only) Shinji	21:15~22:00 Beauty Lower Body Masumi						

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】
専用ダイヤル：0570-055-302 (平日/土曜 受付時間 8:30~21:00)
(日曜日/祝日 受付時間 8:30~19:00)

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。
インターネットからのご予約をご利用下さい。(24時間受付)
※時間外キャンセル扱いが月に2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

◆病気や事故等によりインストラクターに若干の変更がある場合がございます。
◆ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、2時間前迄のお願いをしております。
◆当日キャンセルされる場合はレッスン開始の1時間前まではインターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。
※レッスン開始時刻1時間前を過ぎてからのキャンセルはお受けいたしかねます。
※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。
※キャンセル待ち繰上りの設定は予約時に設定お願い致します。

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2016/10/20

2016/11/17~2016/11/23

	11月17日(木)	11月18日(金)	11月19日(土)	11月20日(日)	11月21日(月)	11月22日(火)	11月23日(水)
10:00	10:00~10:45 Balance Chisa	10:00~10:45 Basic Arisa	10:00~10:45 CORE Beginner Masumi	10:00~10:45 Balance Shinji	定休日	10:00~10:45 Balance Shinji	10:00~11:00 Advance (members only) Shinji
11:30	11:30~12:15 Circuit Shape Step (members only) Shinji	11:30~12:15 CORE Beginner Masumi	11:30~12:15 Balance Shinji	11:30~12:15 Basic Chisa		11:30~12:15 Basic Chisa	11:45~12:30 Basic Arisa
13:00	13:00~13:45 Basic Chisa	13:00~13:45 Beauty Lower Body Masumi	13:00~13:45 Basic Arisa	13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji		13:00~14:00 Advance (members only) Shinji	13:15~14:00 Balance Shinji
14:30			14:30~15:15 Beauty Lower Body Masumi	14:30~15:15 Basic Arisa			14:45~15:30 Sun Energy Yoga Arisa
16:00			16:00~16:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji	16:00~16:45 Balance Chisa			16:15~17:00 Beauty Lower Body Masumi
17:00			17:30~18:15 Basic Arisa	17:30~18:15 Beauty Lower Body Chisa			17:45~18:30 CORE Beginner Masumi
18:00	18:00~18:45 Balance Shinji	18:00~18:45 Basic Arisa				18:00~18:45 Balance Chisa	
19:00	19:05~19:50 Beauty Lower Body Masumi	19:05~19:50 Balance Chisa				19:05~19:50 CORE Beginner Masumi	
20:00	20:10~20:55 Balance Shinji	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Arisa				20:10~20:55 Basic Chisa	
21:00							
	21:15~22:00 CORE Beginner Masumi	21:15~22:00 Basic Chisa				21:15~22:00 Beauty Lower Body Masumi	

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2016/10/20

2016/11/24~2016/11/30

	11月24日(木)	11月25日(金)	11月26日(土)	11月27日(日)	11月28日(月)	11月29日(火)	11月30日(水)
10:00	10:00~10:45 CORE Beginner Masumi	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Arisa	10:00~10:45 Balance Chisa	10:00~10:45 Basic Chisa	定休日	10:00~11:00 Advance (members only) Shinji	10:00~10:45 Basic Arisa
11:30	11:30~12:15 Beauty Lower Body Masumi	11:30~12:15 Basic Arisa	11:30~12:15 Basic Arisa	11:30~12:15 Balance Chisa		11:45~12:30 Beauty Lower Body Arisa	11:30~12:15 Balance Chisa
13:00	13:00~13:45 Basic Chisa	13:00~13:45 CORE Beginner Chisa	13:00~13:45 Balance Chisa	13:00~13:45 Beauty Lower Body Masumi		13:15~14:00 Balance Shinji	13:00~13:45 Sun Energy Yoga Arisa
14:30			14:30~15:15 CORE Beginner Shinji	14:30~15:15 Sun Energy Yoga Arisa			
16:00			16:00~16:45 Basic Arisa	16:00~16:45 CORE Beginner Masumi			
17:00			17:30~18:15 Circuit Shape Step (members only) Shinji	17:30~18:15 Basic Arisa			
18:00	18:00~18:45 Balance Shinji	18:00~18:45 Advance (members only) Chisa				18:00~18:45 Sun Energy Yoga Arisa	18:00~18:45 CORE Beginner Masumi
19:00	19:30~20:15 Basic Chisa	19:30~20:15 Beauty Lower Body Masumi				19:05~19:50 Basic Chisa	19:05~19:50 Balance Shinji
20:00						20:10~20:55 CORE Beginner Masumi	20:10~20:55 Beauty Lower Body Masumi
21:00	21:00~22:00 Advance (members only) Shinji	21:00~22:00 CORE Beginner Masumi				21:15~22:00 Balance Chisa	21:15~22:00 Circuit Shape Step (members only) Shinji

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】
専用ダイヤル：0570-055-302 (平日/土曜 受付時間 8:30~21:00)
(日曜日/祝日 受付時間 8:30~19:00)

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。
インターネットからのご予約をご利用下さい。(24時間受付)
※時間外キャンセル扱いが月に2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

◆病気や事故等によりインストラクターに若干の変更がある場合がございます。
◆ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、2時間前迄のお願いをしております。
◆当日キャンセルされる場合はレッスン開始の1時間前まではインターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。
※レッスン開始時刻1時間前を過ぎてからのキャンセルはお受けいたしかねます。
※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。
※キャンセル待ち繰上りガリの設定は予約時に設定お願い致します。