

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2016/11/20

2016/12/1~2016/12/8

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

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2016/11/20

2016/12/9~2016/12/16

	12月9日(金)	12月10日(土)	12月11日(日)	12月12日(月)	12月13日(火)	12月14日(水)	12月15日(木)	12月16日(金)	
10:00	10:00~10:45 CORE Beginner Masumi	10:00~10:45 Basic Chisa	10:00~11:00 Advance (members only) Shinji	定休日	10:00~10:45 Beauty Lower Body Masumi	10:00~10:45 Basic Arisa	10:00~11:00 Advance (members only) Chisa	10:00~10:45 CORE Beginner Chisa	
11:30	11:30~12:15 Basic Arisa	11:30~12:15 Balance Shinji	11:45~12:30 Beauty Lower Body Masumi		11:30~12:15 Basic Arisa	11:30~12:15 Beauty Lower Body Masumi	11:45~12:30 Sun Energy Yoga Arisa	11:30~12:15 Balance Shinji	11:30~12:15 Balance Shinji
13:00	13:00~13:45 Beauty Lower Body Masumi	13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Chisa	13:15~14:00 Balance Shinji		13:00~13:45 CORE Beginner Masumi	13:00~13:45 Sun Energy Yoga Arisa	13:30~14:15 Balance Chisa	13:00~13:45 Basic Chisa	13:00~13:45 Basic Chisa
14:30		14:30~15:15 CORE Beginner Masumi	14:45~15:30 Basic Arisa						
16:00		16:00~16:45 Balance Shinji	16:15~17:00 CORE Beginner Masumi						
17:00		17:30~18:15 Beauty Lower Body Masumi	17:45~18:30 Basic Arisa						
18:00	18:00~18:45 Basic Arisa				18:00~18:45 Sun Energy Yoga Arisa	18:00~18:45 CORE Beginner Shinji	18:00~18:45 Basic Arisa	18:00~18:45 Basic Arisa	18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji
19:00	19:05~19:50 Balance Chisa				19:05~20:05 Advance (members only) Chisa	19:05~19:50 Circuit Shape Step (members only) Chisa	19:05~19:50 Balance Shinji	19:05~19:50 Balance Shinji	19:05~19:50 CORE Beginner Masumi
20:00	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Arisa				20:25~21:10 Basic Arisa	20:10~20:55 Balance Shinji	20:10~20:55 Beauty Lower Body Arisa	20:10~20:55 Beauty Lower Body Arisa	20:10~20:55 Balance Shinji
21:00	21:15~22:15 Advance (members only) Chisa				21:30~22:15 Balance Chisa	21:15~22:00 Basic Chisa	21:15~22:00 Circuit Shape Step (members only) Shinji	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客様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、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、1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げ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2016/11/20

2016/12/17~2016/12/23

	12月17日(土)	12月18日(日)	12月19日(月)	12月20日(火)	12月21日(水)	12月22日(木)	12月23日(金)																
10:00	10:00~10:45 CORE Beginner Masumi	10:00~11:00 Advance (members only) Chisa	定休日	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Arisa	10:00~10:45 CORE Beginner Chisa	10:00~10:45 Beauty Lower Body Arisa	10:00~10:45 Basic Chisa																
11:30	11:30~12:15 Basic Chisa	11:45~12:30 Beauty Lower Body Masumi		11:30~12:15 Balance Shinji	11:30~12:30 Advance (members only) Shinji	11:30~12:15 CORE Beginner Chisa	11:30~12:15 Balance Shinji	11:30~12:15 Balance Shinji															
13:00	13:00~13:45 Beauty Lower Body Masumi	13:15~14:00 CORE Beginner Shinji		13:00~13:45 Basic Arisa	定休日	13:15~14:00 Balance Chisa	13:00~13:45 Sun Energy Yoga Arisa	13:00~13:45 CORE Beginner Masumi															
14:30	14:30~15:15 Sun Energy Yoga Arisa	14:45~15:30 Balance Shinji		14:30~15:15 Balance Chisa		14:30~15:15 Balance Chisa	定休日	年 末 年 始 休 業	16:00~16:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji														
16:00	16:00~16:45 CORE Beginner Chisa	16:15~17:00 Basic Arisa		16:00~16:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji		17:30~18:15 Beauty Lower Body Masumi			定休日	年 末 年 始 休 業	17:30~18:15 Beauty Lower Body Masumi												
17:00	17:30~18:15 Basic Arisa	17:45~18:30 Balance Shinji		17:30~18:15 Beauty Lower Body Masumi		18:00~18:45 Balance Shinji					定休日	年 末 年 始 休 業	18:00~18:45 Basic Arisa										
18:00	定休日	定休日		18:00~18:45 Basic Arisa		18:00~18:45 Basic Arisa							定休日	年 末 年 始 休 業	18:00~18:45 Basic Arisa								
19:00				19:05~19:50 Beauty Lower Body Masumi		19:05~19:50 Balance Shinji									19:05~19:50 Balance Shinji	18:50~19:35 CORE Beginner Masumi	定休日	年 末 年 始 休 業	18:50~19:35 CORE Beginner Masumi				
20:00				20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Shinji		20:10~20:55 Sun Energy Yoga Arisa									20:10~20:55 Sun Energy Yoga Arisa	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Arisa			定休日	年 末 年 始 休 業	19:55~20:40 Basic Chisa		
21:00				21:15~22:00 CORE Beginner Masumi		21:15~22:00 Beauty Lower Body Masumi									21:15~22:00 Beauty Lower Body Masumi	21:15~22:00 Beauty Lower Body Masumi					定休日	年 末 年 始 休 業	21:00~21:45 Beauty Lower Body Masumi

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2016/11/20

2016/12/24~2016/12/31

	12月24日(土)	12月25日(日)	12月26日(月)	12月27日(火)	12月28日(水)	12月29日(木)	12月30日(金)	12月31日(土)								
10:00	10:00~10:45 Beauty Lower Body Masumi	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Chisa	定休日	10:00~10:45 Beauty Lower Body Arisa	10:00~10:45 CORE Beginner Masumi	10:00~10:45 Balance Shinji	年 末 年 始 休 業	年 末 年 始 休 業								
11:30	11:30~12:15 Basic Chisa	11:30~12:15 CORE Beginner Masumi		11:30~12:15 Balance Shinji	11:30~12:15 Basic Chisa	11:30~12:15 Beauty Lower Body Arisa			11:30~12:15 Beauty Lower Body Arisa							
13:00	13:00~13:45 CORE Beginner Masumi	13:00~13:45 Balance Shinji		13:00~13:45 Basic Arisa	13:00~13:45 Beauty Lower Body Masumi	13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji			13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji							
14:30	14:30~15:15 Balance Shinji	14:30~15:15 Basic Arisa		定休日	定休日	定休日			14:30~15:15 CORE Beginner Chisa	年 末 年 始 休 業	年 末 年 始 休 業					
16:00	16:00~16:45 Basic Chisa	16:00~16:45 Beauty Lower Body Arisa							16:00~16:45 Basic Arisa			16:00~16:45 Basic Arisa	16:00~16:45 Basic Arisa	16:00~16:45 Basic Arisa		
17:00	17:30~18:15 Circuit Shape Step (members only) Shinji	17:30~18:30 Advance (members only) Shinji							17:30~18:15 CORE Beginner Chisa			17:30~18:15 CORE Beginner Chisa	17:30~18:15 Balance Chisa	17:30~18:15 Balance Chisa		
18:00	定休日	定休日							18:00~18:45 Balance Shinji			18:00~18:45 Balance Shinji	18:35~19:20 Basic Arisa	18:35~19:20 Basic Arisa		
19:00									19:05~19:50 Beauty Lower Body Masumi			19:05~19:50 Beauty Lower Body Masumi	19:05~19:50 Beauty Lower Body Masumi	19:40~20:40 Advance (members only) Shinji	19:40~20:40 Advance (members only) Shinji	19:40~20:40 Advance (members only) Shinji
20:00									20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Shinji			20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Shinji	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Shinji	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Shinji	21:00~21:45 Balance Shinji	21:00~21:45 Balance Shinji
21:00									21:15~22:00 CORE Beginner Masumi			21:15~22:00 CORE Beginner Masumi	21:15~22:00 CORE Beginner Masumi	21:15~22:00 CORE Beginner Masumi	21:00~21:45 Balance Shinji	21:00~21:45 Balance 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、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、1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がりは予約時に設定をお願い致します。