

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/2/15

2017/2/1~2017/2/8

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

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/2/15

2017/2/9~2017/2/16

	2月9日(木)	2月10日(金)	2月11日(土)	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)	2月16日(木)
10:00	10:00~10:45 Basic 未定	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Chisa	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Chisa	定休日	10:00~10:45 Balance Shinji	10:00~10:45 Beauty Lower Body Misako	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Chisa
11:30	11:30~12:15 Circuit Shape Step (members only) Chisa	11:30~12:15 Balance Shinji	11:30~12:15 CORE Beginner Chisa	11:30~12:15 Beauty Lower Body Misako		11:30~12:15 Circuit Shape Step (members only) Shinji	11:30~12:15 Balance Chisa	11:30~12:15 Balance Chisa
13:00	13:00~13:45 Beauty Lower Body Misako	13:00~13:45 Basic Chisa	13:00~13:45 Balance Shinji	13:00~14:00 Advance (members only) Chisa		13:00~13:45 Basic Kana	13:00~13:45 CORE Beginner Misako	13:00~13:45 Balance Chisa
14:30			14:30~15:15 Beauty Lower Body Arisa	14:45~15:30 Basic Arisa				
16:00			16:00~16:45 Sun Energy Yoga Chisa	16:15~17:00 CORE Beginner Misako				
17:00			17:30~18:15 Basic Arisa	17:45~18:30 Balance Arisa				
18:00	18:00~18:45 Balance Chisa	18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Shinji				18:00~18:45 Basic Arisa	18:00~18:45 Sun Energy Yoga Arisa	18:00~18:45 Beauty Lower Body Arisa
19:00	19:05~19:50 Beauty Lower Body Misako	19:05~19:50 Balance Shinji				19:05~19:50 Beauty Lower Body Misako	19:05~19:50 Basic Kana	19:05~19:50 CORE Beginner Misako
20:00	20:10~20:55 Basic Chisa	20:10~20:55 CORE Beginner Misako				20:10~20:55 Sun Energy Yoga Arisa	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Chisa	20:10~20:55 Basic Kana
21:00	21:15~22:00 CORE Beginner Misako	21:15~22:00 Beauty Lower Body Misako				21:15~22:00 CORE Beginner Misako	21:15~22:00 Beauty Lower Body Arisa	21:15~22:00 Balance Arisa

【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、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。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2017/2/15

2017/2/17~2017/2/23

	2月17日(金)	2月18日(土)	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)
10:00	10:00~10:45 Basic Arisa	10:00~10:45 Basic Chisa	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Chisa	定休日	10:00~10:45 CORE Beginner Misako	10:00~10:45 Balance Arisa	10:00~10:45 Beauty Lower Body Misako
11:30	11:30~12:15 CORE Beginner Misako	11:30~12:15 Beauty Lower Body Misako	11:30~12:15 Basic Kana		11:30~12:15 Sun Energy Yoga Chisa	11:30~12:15 CORE Beginner Misako	11:30~12:15 Basic Kana
13:00	13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Chisa	13:00~14:00 Advance (members only) Chisa	13:00~13:45 Balance Arisa		13:00~13:45 Beauty Lower Body Misako	13:00~13:45 Basic Arisa	13:00~13:45 CORE Beginner Misako
14:30		14:45~15:30 Balance Arisa	14:30~15:15 CORE Beginner Chisa				
16:00		16:15~17:00 CORE Beginner Misako	16:00~16:45 Basic Arisa				
17:00		17:45~18:30 Circuit Shape Step (members only) Chisa	17:30~18:15 Beauty Lower Body Misako				
18:00	18:00~18:45 Balance Chisa				18:00~18:45 CORE Beginner Chisa	18:00~19:00 Advance (members only) Chisa	18:00~18:45 Balance Chisa
19:00	19:05~19:50 Beauty Lower Body Arisa				19:05~19:50 Basic Arisa	19:20~20:05 Balance Arisa	19:05~19:50 Sun Energy Yoga Chisa
20:00	20:10~20:55 Basic Chisa				20:10~20:55 Balance Chisa	20:25~21:10 CORE Beginner Misako	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Chisa
21:00	21:15~22:00 Sun Energy Yoga Arisa				21:15~22:00 Beauty Lower Body Arisa	21:30~22:15 Balance Chisa	21:15~22:00 Basic Chisa

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/2/15

2017/2/24~2017/2/28

	2月24日(金)	2月25日(土)	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)
10:00	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Chisa	10:00~10:45 Balance Arisa	10:00~10:45 Basic Chisa	定休日	10:00~10:45 Beauty Lower Body Arisa
11:30	11:30~12:15 Beauty Lower Body Misako	11:30~12:15 CORE Beginner Misako	11:30~12:15 Sun Energy Yoga Arisa		11:30~12:15 CORE Beginner Misako
13:00	13:00~13:45 Balance Chisa	13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Chisa	13:00~13:45 CORE Beginner Misako		13:00~13:45 Basic Arisa
14:30		14:30~15:15 Beauty Lower Body Arisa	14:30~15:30 Advance (members only) Chisa		
16:00		16:00~16:45 CORE Beginner Chisa	16:15~17:00 Basic Chisa		
17:00		17:30~18:15 Basic Arisa	17:45~18:30 Balance Arisa		
18:00	18:00~18:45 CORE Beginner Misako				18:00~18:45 Beauty Lower Body Misako
19:00	19:05~19:50 Basic Chisa				19:05~19:50 Balance Arisa
20:00	20:10~20:55 Beauty Lower Body Misako				20:10~20:55 Basic Arisa
21:00	21:15~22:00 Balance Chisa				21:15~22:15 Advance (members only) Misako

【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、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時間前を過ぎた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をお願い致します。