Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/6/20

2017/7/1～2017/7/8

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

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/6/20

2017/7/9～2017/7/16

	7月9日(日)	7月10日(月)	7月11日(火)	7月12日(水)	7月13日(木)	7月14日(金)	7月15日(土)	7月16日(日)
10:00	10:00～10:45 Balance Natsumi	定休日	10:00～10:45 Basic Chihiro	10:00～10:45 Total Beauty Arisa	10:00～10:45 Balance Arisa	10:00～10:45 Beauty Lower Body Kana	10:00～11:00 Advance (members only) Misako	10:00～10:45 Basic Akane
11:30	11:15～12:00 Basic Kao		11:30～12:15 Sun Energy Yoga Natsumi	11:30～12:15 CORE Beginner Arisa	11:30～12:15 Basic Chihiro	11:30～12:15 Circuit Shape Step (members only) Natsumi	11:30～12:15 Beauty Lower Body Arisa	11:15～12:00 Total Beauty Arisa
13:00	12:30～13:15 Beauty Lower Body Natsumi		13:00～13:45 Total Beauty Natsumi	13:00～13:45 Basic Kao	13:00～13:45 Sun Energy Yoga Arisa	13:00～13:45 Basic Kana	12:45～13:30 Balance Arisa	12:30～13:15 CORE Beginner Arisa
14:30	13:45～14:30 CORE Beginner Misako						14:00～14:45 Total Beauty Natsumi	13:45～14:30 Basic Miwako
16:00	15:00～16:00 Advance (members only) Misako						15:15～16:00 Basic Kana	15:00～15:45 Beauty Lower Body Arisa
17:00	16:30～17:15 Beauty Lower Body Kana						16:30～17:15 Balance Natsumi	16:15～17:00 Basic Kao
18:00	17:45～18:30 Basic Syoko		18:00～18:45 Beauty Lower Body Kana	18:00～18:45 Sun Energy Yoga Misako	18:00～18:45 Circuit Shape Step (members only) Natsumi	18:00～18:45 Total Beauty Arisa	17:45～18:30 Beauty Lower Body Kana	17:30～18:15 Balance Natsumi
19:00	19:00～19:45 Balance Misako		19:05～19:50 Balance Arisa	19:05～19:50 Beauty Lower Body Kana	19:05～19:50 Basic Syoko	19:05～19:50 CORE Beginner Misako	19:00～19:45 Basic Kana	18:45～19:30 Circuit Shape Step (members only) Natsumi
20:00			20:10～20:55 Basic Kao	20:10～21:10 Advance (members only) Misako	20:10～20:55 Total Beauty Natsumi	20:10～20:55 Balance Arisa		
21:00			21:15～22:00 CORE Beginner Arisa	21:30～22:15 Basic Chihiro	21:15～22:00 Beauty Lower Body Kana	21:15～22:00 Basic Natsumi		

【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2017/6/20

2017/7/17～2017/7/24

	7月17日(月)	7月18日(火)	7月19日(水)	7月20日(木)	7月21日(金)	7月22日(土)	7月23日(日)	7月24日(月)
10:00	定休日	10:00～10:45 CORE Beginner Arisa	10:00～10:45 Sun Energy Yoga Misako	10:00～10:45 Basic Syoko	10:00～10:45 Balance Misako	10:00～10:45 Beauty Lower Body Misako	10:00～10:45 Circuit Shape Step (members only) Misako	定休日
11:30		11:30～12:15 Balance Arisa	11:30～12:15 Basic Akane	11:30～12:15 Total Beauty Natsumi	11:30～12:15 Basic Kao	11:15～12:00 CORE Beginner Misako	11:15～12:00 Basic Miwako	
13:00		13:00～13:45 Basic Syoko	13:00～14:00 Advance (members only) Misako	13:00～13:45 Beauty Lower Body Kana	13:00～13:45 Circuit Shape Step (members only) Misako	12:30～13:15 Basic Syoko	12:30～13:15 Balance Misako	
14:30						13:45～14:30 Balance Arisa	13:45～14:30 Beauty Lower Body Kana	
16:00						15:00～16:00 Advance (members only) Misako	15:00～15:45 Basic Akane	
17:00						16:20～17:05 Beauty Lower Body Kana	16:15～17:00 Total Beauty Natsumi	
18:00		18:00～18:45 Total Beauty Natsumi	18:00～18:45 Beauty Lower Body Kana	18:00～18:45 Balance Arisa	18:00～18:45 Basic Miwako		17:30～18:15 Sun Energy Yoga Natsumi	
19:00		19:05～19:50 Basic Miwako	19:05～19:50 Balance Natsumi	19:05～19:50 Beauty Lower Body Kana	19:05～19:50 Sun Energy Yoga Arisa		18:45～19:30 Beauty Lower Body Kana	
20:00		20:10～20:55 Beauty Lower Body Kana	20:10～20:55 Basic Kao	20:10～20:55 CORE Beginner Arisa	20:10～20:55 Total Beauty Arisa			
21:00		21:15～22:00 Circuit Shape Step (members only) Natsumi	21:15～22:00 Total Beauty Natsumi	21:30～22:15 Basic Chihiro	21:15～22:00 Beauty Lower Body Kana			

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/6/20

2017/7/25～2017/7/31

	7月25日(火)	7月26日(水)	7月27日(木)	7月28日(金)	7月29日(土)	7月30日(日)	7月31日(月)
10:00	10:00～10:45 Beauty Lower Body Natsumi	10:00～10:45 Circuit Shape Step (members only) Natsumi	10:00～10:45 Total Beauty Natsumi	10:00～11:00 Advance (members only) Misako	10:00～10:45 Balance Natsumi	10:00～10:45 Basic Kana	定休日
11:30	11:30～12:15 Basic Syoko	11:30～12:15 Beauty Lower Body Kana	11:30～12:15 Balance Natsumi	11:45～12:30 CORE Beginner Misako	11:15～12:00 Basic Miwako	11:15～12:00 Beauty Lower Body Natsumi	
13:00	13:00～13:45 Sun Energy Yoga Natsumi	13:00～13:45 Total Beauty Natsumi	13:00～13:45 Basic Akane	13:15～14:00 Beauty Lower Body Kana	12:30～13:15 Beauty Lower Body Kana	12:30～13:15 Basic Akane	
14:30					13:45～14:30 Circuit Shape Step (members only) Natsumi	13:45～14:30 Total Beauty Arisa	
16:00					15:00～15:45 Beauty Lower Body Kana	15:00～15:45 Balance Natsumi	
17:00					16:15～17:00 Basic Chihiro	16:15～17:00 CORE Beginner Arisa	
18:00	18:00～18:45 Balance Arisa	18:00～18:45 Basic Chihiro	18:00～18:45 Beauty Lower Body Kana	18:00～18:45 Sun Energy Yoga Arisa	17:30～18:15 Sun Energy Yoga Natsumi	17:30～18:15 Basic Syoko	
19:00	19:05～19:50 CORE Beginner Arisa	19:05～19:50 Total Beauty Arisa	19:05～19:50 Basic Miwako	19:05～19:50 Beauty Lower Body Kana	18:45～19:30 Basic Syoko	18:45～19:30 Balance Arisa	
20:00	20:10～20:55 Basic Akane	20:10～20:55 Sun Energy Yoga Arisa	20:10～20:55 Balance Arisa	20:10～20:55 Basic Syoko			
21:00	21:15～22:00 Total Beauty Arisa	21:15～22:00 Basic Kao	21:15～22:00 CORE Beginner 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の設定は予約時に設定お願い致します。