

# Surf Fit渋谷店 Lesson Schedule

更新日2017/12/5

## 2017/12/1~2017/12/8

	12月1日(金)	12月2日(土)	12月3日(日)	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)	12月7日(木)	12月8日(金)			
10:00	定休日	定休日	定休日	定休日	10:30~11:15 Basic Natsumi	10:30~11:15 Sun Energy Yoga Chihiro	10:30~11:15 Beauty Lower Body Kao	10:30~11:15 Total Beauty Natsumi			
11:30					12:00~12:45 Total Beauty Kao	12:00~12:45 Balance Chihiro					
13:00					13:30~14:15 Balance Chihiro	13:30~14:15 Beauty Lower Body Natsumi	13:30~14:15 Basic Marika	13:30~14:15 Sun Energy Yoga Chihiro			
14:30					定休日	定休日	定休日	定休日	定休日	定休日	定休日
16:00											
17:00											
18:00											
19:00					18:30~19:15 Beauty Lower Body kao	18:30~19:15 Basic Kao	18:30~19:15 Night surf mix in Balance Chihiro	18:30~19:15 CORE Beginner Natsumi			
20:00	20:00~20:45 Basic kao	20:00~20:45 Balance Natsumi	20:00~20:45 Beauty Lower Body Natsumi	20:00~20:45 Basic Marika							
21:00	21:30~22:15 Night surf mix in Balance Natsumi	21:30~22:15 Total Beauty kao	21:30~22:15 Basic Chihiro	21:30~22:15 Beauty Lower Body Natsumi							

# Surf Fit渋谷店 Lesson Schedule

更新日2017/12/5

## 2017/12/9~2017/12/16

	12月9日(土)	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)	12月16日(土)	
10:00	10:00~10:45 Beauty Lower Body kao	10:00~10:45 Basic Marika	定休日	10:30~11:15 Beauty Lower Body Natsumi	10:30~11:15 CORE Beginner Natsumi	10:30~11:15 Basic Marika	10:30~11:15 Total Beauty kao	10:00~10:45 Balance Natsumi	
11:30	11:30~12:15 CORE Beginner Natsumi	11:30~12:15 Balance Chihiro		12:00~12:45 Basic Marika	12:00~12:45 Balance Natsumi	12:00~12:45 Total Beauty kao	12:00~12:45 Basic kao	12:00~12:45 Beauty Lower Body Natsumi	
13:00	13:00~13:45 Basic Natsumi	13:00~13:45 Beauty Lower Body Natsumi		13:30~14:15 Total Beauty Natsumi	13:30~14:15 Basic Marika	13:30~14:15 Beauty Lower Body kao	13:30~14:15 CORE Beginner Natsumi	13:00~13:45 Total Beauty kao	
14:30	14:30~15:15 Total Beauty kao	14:30~15:15 Basic Marika		定休日	定休日	定休日	定休日	定休日	14:30~15:15 Balance Chihiro
16:00	15:45~16:30 Basic Marika	15:45~16:30 CORE Beginner Natsumi							15:45~16:30 Total Beauty kao
17:00									
18:00	18:00~18:45 Night surf mix in Balance Natsumi	18:00~18:45 Sun Energy Yoga Chihiro							18:00~18:45 Sun Energy Yoga Chihiro
19:00				18:30~19:15 Basic Natsumi	18:30~19:15 Night surf mix in Balance Chihiro	18:30~19:15 Total Beauty Natsumi	18:30~19:15 Beauty Lower Body Natsumi		
20:00			20:00~20:45 Balance Chihiro	20:00~20:45 Beauty Lower Body Natsumi	20:00~20:45 Balance Chihiro	20:00~20:45 Circuit Shape Step (members only) Natsumi			
21:00			21:30~22:15 Sun Energy Yoga Chihiro	21:30~22:15 Basic Chihiro	21:30~22:15 CORE Beginner Natsumi	21:30~22:15 Basic Marika			

【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げの設定は予約時に設定お願い致します。

# Surf Fit渋谷店 Lesson Schedule

更新日2017/12/5

## 2017/12/17~2017/12/24

	12月17日(日)	12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)	12月22日(金)	12月23日(土)	12月24日(日)
10:00	10:00~10:45 Total Beauty Natsumi	定休日	10:30~11:15 Balance Natsumi	10:30~11:15 Basic Kao	10:30~11:15 Beauty Lower Body Kao	10:30~11:15 Basic Marika	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Chihiro	10:00~10:45 Beauty Lower Body Natsumi
11:30	11:30~12:15 CORE Beginner Natsumi		12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) Natsumi	12:00~12:45 Balance Chihiro	12:00~12:45 Total Beauty Kao	12:00~12:45 Sun Energy Yoga Chihiro	11:30~12:15 Balance Natsumi	11:30~12:15 Basic Chihiro
13:00	13:00~13:45 Basic Marika		13:30~14:15 Basic Chihiro	13:30~14:15 Total Beauty Kao	13:30~14:15 Basic Marika	13:30~14:15 Balance Chihiro	13:00~13:45 Beauty Lower Body Kao	13:00~13:45 Balance Natsumi
14:30	14:30~15:15 Balance Chihiro						14:30~15:15 Circuit Shape Step (members only) Natsumi	14:30~15:15 Sun Energy Yoga Chihiro
16:00	15:45~16:30 Sun Energy Yoga Chihiro						15:45~16:30 CORE Beginner Natsumi	15:45~16:30 Basic Kao
17:00								
18:00	18:00~18:45 Night surf mix in Balance Natsumi						18:00~18:45 Basic Kao	18:00~18:45 Total Beauty Kao
19:00			18:30~19:15 Beauty Lower Body Kao	18:30~19:15 Total Beauty Kao	18:30~19:15 Basic Marika	18:30~19:15 Circuit Shape Step (members only) Natsumi		
20:00			20:00~20:45 Total Beauty Kao	20:00~20:45 Basic Marika	20:00~20:45 Beauty Lower Body Natsumi	20:00~20:45 Night surf mix in Balance Chihiro		
21:00			21:30~22:15 Basic Marika	21:30~22:15 Beauty Lower Body Natsumi	21:30~22:15 Night surf mix in Balance Natsumi	21:30~22:15 CORE Beginner Natsumi		

# Surf Fit渋谷店 Lesson Schedule

更新日2017/12/5

## 2017/12/25~2017/12/31

	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30日(土)	12月31日(日)
10:00		10:30~11:15 Basic Kao	10:30~11:15 Balance Natsumi	10:30~11:15 Basic Marika	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Chihiro	年末 年始 休業	年末 年始 休業
11:30		12:00~12:45 Total Beauty Kao	12:00~12:45 Basic Marika	12:00~12:45 Beauty Lower Body Kao	11:30~12:15 Total Beauty Natsumi		
13:00		13:30~14:15 Basic Natsumi	13:30~14:15 Beauty Lower Body Natsumi	13:30~14:15 Total Beauty Marika	13:00~13:45 Balance Chihiro		
14:30					14:30~15:15 Basic Marika		
15:00					15:45~16:30 Night surf mix in Balance Chihiro		
16:00							
18:00					18:00~18:45 Beauty Lower Body Natsumi		
18:30		18:30~19:15 CORE Beginner Natsumi	18:30~19:15 Basic Kao	18:30~19:15 Total Beauty Kao			
20:00		20:00~20:45 Beauty Lower Body Natsumi	20:00~20:45 Total Beauty Kao	20:00~20:45 Night surf mix in Balance Chihiro			
21:30		21:30~22:15 Basic Marika	21:30~22:15 Night surf mix in Balance Chihiro	21:30~22:15 Basic Chihiro			

【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。