

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/12/20

## 2018/1/1~2018/1/8

	1月1日(月)	1月2日(火)	1月3日(水)	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)	1月7日(日)	1月8日(月)	
10:00	年末 年始 休業	年末 年始 休業		10:00~10:45 Beauty Lower Body Syoko	10:00~10:45 BALANCE Syoko	10:00~10:45 BASIC Miwako	10:00~10:45 Beauty Lower Body Syoko	定 休 日	
11:30			11:30~12:15 Total Beauty Miwako		11:15~12:00 BALANCE Miwako	11:15~12:00 BASIC Mai			
13:00			13:00~13:45 BALANCE Syoko		12:00~12:45 BASIC Mai	12:30~13:15 Beauty Waist Line Mako	12:30~13:15 BALANCE Syoko		
14:30			13:30~14:15 BASIC Mai			13:45~14:30 BASIC Mako	13:45~14:30 Beauty Waist Line Mako		
16:00			14:45~15:30 Circuit Shape Step (members only) Misako			15:00~15:45 Beauty Lower Body Arisa	15:00~15:45 BASIC Mai		
17:00			16:00~16:45 Total Beauty Miwako			16:15~17:00 Total Beauty Miwako	16:15~17:00 Beauty Waist Line Mako		
18:00			17:15~18:00 Beauty Waist Line Misako		18:00~18:45 BASIC Mako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Mako	17:30~18:15 BASIC Mako		17:30~18:15 Beauty Lower Body Syoko
19:00					19:05~19:50 Total Beauty Miwako	19:05~19:50 BASIC Mako			
20:00					20:10~20:55 Basic Miwako	20:10~20:55 Total Beauty Miwako			
21:00					21:15~22:00 Beauty Waist Line Mako	21:15~22:00 BALANCE Miwako			

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/12/20

## 2018/1/9~2018/1/16

	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)	1月13日(土)	1月14日(日)	1月15日(月)	1月16日(火)
10:00	10:00~10:45 BALANCE Syoko	10:00~10:45 Beauty Waist Line Misako	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 Beauty Lower Body Syoko	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Misako	10:00~10:45 BASIC Mai	定 休 日	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mai
11:30	11:30~12:15 BASIC Mai		11:30~12:15 Beauty Waist Line Mako	11:30~12:15 BASIC Mai	11:15~12:00 Total Beauty Miwako	11:15~12:00 BALANCE Syoko		11:30~12:15 Beauty Lower Body Arisa
13:00	13:00~13:45 Beauty Lower Body Syoko	12:00~13:00 Advance (members only) Misako	13:00~13:45 BASIC Miwako	13:00~13:45 BALANCE Syoko	12:30~13:15 BASIC Mai	12:30~13:15 Beauty Lower Body Syoko		13:00~13:45 BASIC 2.0 Mai
14:30					13:45~14:30 Total Beauty Miwako	13:45~14:30 Total Beauty Miwako		
16:00					15:00~15:45 Beauty Waist Line Mako	15:00~15:45 Beauty Waist Line Mako		
17:00					16:15~17:00 Total Beauty Miwako	16:15~17:00 Total Beauty Miwako		
18:00	18:00~18:45 BASIC Mai	18:00~18:45 Beauty Lower Body Syoko	18:00~18:45 BALANCE Syoko	18:00~18:45 BASIC Mai	17:30~18:15 Beauty Waist Line Mako	17:30~18:15 BASIC Mako		18:00~18:45 Beauty Waist Line Mako
19:00	19:05~19:50 Total Beauty Miwako	19:05~19:50 BALANCE Miwako	19:05~19:50 Beauty Lower Body Syoko	19:05~19:50 Beauty Waist Line Mako				19:05~19:50 BASIC 2.0 Mako
20:00	20:10~20:55 CORE Beginner Arisa	20:10~20:55 BASIC Syoko	20:10~20:55 Beauty Waist Line Mako	20:10~20:55 BASIC Mai				20:10~20:55 Total Beauty Miwako
21:00	21:15~22:00 BALANCE Miwako	21:15~22:00 Total Beauty Miwako	21:15~22:00 BASIC Mako	21:15~22:00 Beauty Lower Body Arisa				21:15~22:00 BASIC 2.0 Miwako

【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2017/12/20

## 2018/1/17~2018/1/24

	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)	1月21日(日)	1月22日(月)	1月23日(火)	1月24日(水)
10:00	10:00~10:45 BALANCE Syoko	10:00~10:45 CORE Beginner Arisa	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mai	10:00~10:45 Total Beauty Misako	10:00~10:45 CORE Beginner Arisa	定休日	10:00~10:45 Beauty Lower Body Syoko	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miwako
11:30	11:30~12:15 BASIC 2.0 Syoko	11:30~12:15 Beauty Waist Line Mako	11:30~12:15 BALANCE Miwako	11:15~12:00 Beauty Waist Line Misako	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mai		11:30~12:15 BASIC 2.0 Mai	11:30~12:15 BALANCE Syoko
13:00	13:00~13:45 Beauty Waist Line Mako	13:00~13:45 BASIC 2.0 Mai	13:00~13:45 Total Beauty Miwako	12:30~13:15 BALANCE Syoko	12:30~13:15 Beauty Waist Line Mako		13:00~13:45 Total Beauty Misako	13:00~13:45 Beauty Lower Body Syoko
14:30				13:45~14:30 Beauty Lower Body Syoko	13:45~14:30 BASIC 2.0 Mai			
16:00				15:00~16:00 Advance (members only) Misako	15:00~15:45 BALANCE Syoko			
17:00				16:30~17:15 BASIC 2.0 Mai	16:15~17:00 Beauty Lower Body Syoko			
18:00	18:00~18:45 BALANCE Miwako	18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Misako	18:00~18:45 Total Beauty Misako	17:45~18:30 BALANCE Syoko	17:30~18:15 BASIC 2.0 Mai		18:00~18:45 BALANCE Miwako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Mako
19:00	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mako	19:05~19:50 BALANCE Miwako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mako				19:05~19:50 Circuit Shape Step (members only) Misako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mako
20:00	20:10~20:55 Beauty Waist Line Mako	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Misako	20:10~20:55 BALANCE Misako				20:10~20:55 BASIC 2.0 Miwako	20:10~20:55 Total Beauty Arisa
21:00	21:15~22:00 BASIC 2.0 Miwako	21:15~22:00 Total Beauty Miwako	21:15~22:15 Advance (members only) Misako				21:15~22:00 Total Beauty Misako	21:15~22:00 Beauty Lower Body Arisa

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2017/12/20

## 2018/1/25~2018/1/30

	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)	1月28日(日)	1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)
10:00	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mako	10:00~10:45 Beauty Lower Body Syoko	10:00~10:45 BALANCE Miwako	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Misako	定休日	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 BALANCE Miwako
11:30	11:30~12:15 Total Beauty Arisa	11:30~12:15 BALANCE Syoko	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mai	11:15~12:00 Beauty Waist Line Mako		11:30~12:15 CORE Beginner Arisa	11:30~12:15 BASIC 2.0 Mai
13:00	13:00~13:45 Beauty Waist Line Mako	13:00~13:45 BASIC 2.0 Mai	12:30~13:15 Total Beauty Miwako	12:30~13:15 BASIC 2.0 Mako		13:00~13:45 BALANCE Miwako	13:00~13:45 Total Beauty Miwako
14:30			13:45~14:30 BASIC 2.0 Mai	13:45~14:45 Advance (members only) Misako			
16:00			15:00~15:45 Total Beauty Miwako	15:15~16:00 Beauty Lower Body Syoko			
17:00			16:15~17:00 Beauty Waist Line Mako	16:30~17:15 BALANCE Syoko			
18:00	18:00~18:45 BASIC 2.0 Mai	18:00~18:45 BALANCE Miwako	17:30~18:15 BASIC 2.0 Mai	17:45~18:30 Total Beauty Miwako		18:00~18:45 Beauty Lower Body Syoko	18:00~18:45 BALANCE Syoko
19:00	19:05~19:50 Beauty Lower Body Syoko	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mai				19:05~19:50 BASIC 2.0 Mai	19:05~19:50 Beauty Waist Line Mako
20:00	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mai	20:10~20:55 Beauty Lower Body Arisa				20:10~20:55 BALANCE Syoko	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mako
21:00	21:15~22:00 BALANCE Syoko	21:15~22:00 Total Beauty Miwako				21:15~22:00 BASIC 2.0 Mai	21:15~22:00 Beauty Lower Body Syoko

【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。