

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/1/20

## 2018/2/1~2018/2/8

	2月1日(木)	2月2日(金)	2月3日(土)	2月4日(日)	2月5日(月)	2月6日(火)	2月7日(水)	2月8日(木)
10:00	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mai	10:00~10:45 Total Beauty Arisa	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mako	10:00~10:45 Beauty Lower Body Syoko	定休日	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Misako	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miwako
11:30	11:30~12:15 Sun Energy Yoga Misako	12:00~12:45 Beauty Waist Line Mako	11:15~12:00 Beauty Lower Body Syoko	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mai		11:30~12:15 Total Beauty Miwako	12:00~12:45 BASIC 2.0 Mako	11:30~12:15 Beauty Waist Line Mako
13:00	13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Misako		12:30~13:15 Beauty Waist Line Mako	12:30~13:15 Total Beauty Miwako		13:00~13:45 BASIC 2.0 Misako		13:00~13:45 BALANCE Miwako
14:30			13:45~14:30 BASIC 2.0 Mai	13:45~14:30 Beauty Waist Line Mako				
16:00			15:00~15:45 BALANCE Miwako	15:00~15:45 BASIC 2.0 Mai				
17:00			16:15~17:00 BASIC 2.0 Syoko	16:15~17:00 BALANCE Syoko				
18:00	18:00~18:45 BALANCE Miwako	18:00~18:45 Beauty Lower Body Syoko	17:30~18:15 Total Beauty Miwako	17:30~18:15 Beauty Waist Line Mako		18:00~18:45 Total Beauty Miwako	18:00~18:45 BASIC 2.0 Mai	18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Misako
19:00	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mako	19:05~19:50 Total Beauty Miwako				19:05~19:50 BALANCE Miwako	19:05~19:50 Sun Energy Yoga Misako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mai
20:00	20:10~20:55 Total Beauty Miwako	20:10~20:55 BALANCE Miwako				20:10~20:55 Beauty Waist Line Mako	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mai	20:10~20:55 Beauty Lower Body Syoko
21:00	21:15~22:00 Beauty Waist Line Mako	21:15~22:00 BASIC 2.0 Mako				21:15~22:00 Advance BASIC 2.0 Mako	21:15~22:15 Advance (members only) Misako	21:15~22:00 CORE Beginner Misako

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/1/20

## 2018/2/9~2018/2/16

	2月9日(金)	2月10日(土)	2月11日(日)	2月12日(月)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)	2月16日(金)
10:00	10:00~11:00 Advance (members only) Misako	10:00~10:45 BALANCE Syoko	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mai	定休日	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 Beauty Waist Line Mako	10:00~10:45 BALANCE Syoko	10:00~10:45 Total Beauty Arisa
11:30	12:00~12:45 Total Beauty Misako	11:15~12:00 Beauty Waist Line Arisa	11:15~12:00 Total Beauty Miwako		11:30~12:15 BASIC 2.0 Miwako	12:00~12:45 Total Beauty Arisa	11:30~12:15 BASIC 2.0 Mai	12:00~12:45 BASIC 2.0 Mai
13:00		12:30~13:15 Beauty Lower Body Syoko	12:30~13:15 BALANCE Miwako		13:00~13:45 Beauty Waist Line Mako		13:00~13:45 Beauty Lower Body Syoko	
14:30		13:45~14:30 BALANCE Syoko	13:45~14:30 Beauty Lower Body Mai					
16:00		15:00~15:45 BASIC 2.0 Mai	15:00~15:45 Total Beauty Miwako					
17:00		16:15~17:00 Total Beauty Miwako	16:15~17:00 Beauty Waist Line Mako					
18:00	18:00~18:45 Beauty Waist Line Mako	17:30~18:15 BALANCE Miwako	17:30~18:15 BASIC 2.0 Mai		18:00~18:45 BASIC 2.0 Mai	18:00~18:45 Beauty Lower Body Mai	18:00~19:00 Advance (members only) Misako	18:00~18:45 Total Beauty Miwako
19:00	19:05~19:50 BALANCE Syoko				19:05~19:50 Beauty Waist Line Mako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mai	19:20~20:05 Total Beauty Miwako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Misako
20:00	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mako				20:10~20:55 Beauty Lower Body Syoko	20:10~20:55 BALANCE Syoko	20:25~21:10 BASIC 2.0 Miwako	20:10~20:55 BALANCE Miwako
21:00	21:15~22:00 Beauty Lower Body Syoko				21:15~22:00 BALANCE Syoko	21:15~22:00 BASIC 2.0 Syoko	21:30~22:15 Sun Energy Yoga Misako	21:15~22:00 Beauty Waist Line Mako

【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2018/1/20

## 2018/2/17~2018/2/24

	2月17日(土)	2月18日(日)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)	2月23日(金)	2月24日(土)	
10:00	10:00~10:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Misako	10:00~10:45 BALANCE Syoko	定休日	10:00~10:45 Beauty Waist Line Arisa	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mai	10:00~10:45 Beauty Lower Body Mai	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miwako	10:00~10:45 Beauty Lower Body Syoko	
11:30	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mai	11:15~12:00 Beauty Lower Body Mai		11:30~12:15 BASIC 2.0 Mai	11:15~12:00 Beauty Lower Body Mai	11:30~12:15 Total Beauty Miwako	11:30~12:15 BALANCE Syoko	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mako	
13:00	12:30~13:15 Total Beauty Miwako	12:30~13:15 BASIC 2.0 Syoko		13:00~13:45 Total Beauty Miwako	13:00~13:45 Beauty Waist Line Arisa	13:00~13:45 BASIC 2.0 Mai	13:00~13:45 Total Beauty Miwako	12:30~13:15 BALANCE Syoko	
14:30	13:45~14:30 BASIC 2.0 Mai	13:45~14:30 Total Beauty Miwako						13:45~14:30 Beauty Waist Line Misako	
16:00	15:00~15:45 Beauty Waist Line Mako	15:00~15:45 Beauty Lower Body Mai						15:00~15:45 Beauty Lower Body Mai	
17:00	16:15~17:00 BALANCE Miwako	16:15~17:00 BASIC 2.0 Arisa						16:15~17:15 Advance (members only) Misako	
18:00	17:30~18:15 Beauty Lower Body Syoko	17:30~18:15 Total Beauty Miwako			18:00~18:45 BALANCE Syoko	18:00~18:45 BASIC 2.0 Miwako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Mako	18:00~18:45 Beauty Lower Body Mai	17:45~18:30 BASIC 2.0 Mai
19:00					19:05~19:50 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako	19:05~19:50 BALANCE Syoko	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mako	19:05~19:50 Beauty Waist Line Mako	
20:00					20:10~20:55 BASIC 2.0 Syoko	20:10~20:55 Total Beauty Miwako	20:10~20:55 Beauty Lower Body Syoko	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mai	
21:00					21:15~22:00 Beauty Waist Line Mako	21:15~22:00 Beauty Lower Body Syoko	21:15~22:00 BALANCE Syoko	21:15~22:00 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako	

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/1/20

## 2018/2/25~2018/2/28

	2月25日(日)	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)
10:00	10:00~10:45 CORE Beginner Misako	定休日	10:00~10:45 BALANCE Syoko	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mako
11:30	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mai		11:30~12:15 Beauty Lower Body Mai	11:30~12:30 Advance (members only) Misako
13:00	12:30~13:30 Advance (members only) Misako		13:00~13:45 BASIC 2.0 Syoko	13:00~13:45 Beauty Waist Line Mako
14:30	14:00~14:45 Beauty Lower Body Mai			
16:00	15:15~16:00 Beauty Waist Line Mako			
17:00	16:30~17:15 Total Beauty Misako			
18:00	17:45~18:30 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako		18:00~18:45 Beauty Lower Body Mai	18:00~18:45 Total Beauty Misako
19:00			19:05~19:50 Beauty Waist Line Arisa	19:05~19:50 BASIC 2.0 Miwako
20:00			20:10~20:55 BASIC 2.0 Mai	20:10~20:55 Beauty Lower Body Syoko
21:00			21:15~22:00 Total Beauty Miwako	21:15~22:00 BALANCE 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。

◆病氣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がり設定は予約時に設定をお願い致します。