

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/2/20

2018/3/1~2018/3/8

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

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/2/20

2018/3/9~2018/3/16

	3月9日(金)	3月10日(土)	3月11日(日)	3月12日(月)	3月13日(火)	3月14日(水)	3月15日(木)	3月16日(金)	
10:00	10:00~10:45 Beauty Lower Body Mai	10:00~10:45 Beauty Waist Line Arisa	10:00~10:45 Total Beauty Arisa	定休日	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miwako	10:00~10:45 Beauty Lower Body Mai	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miwako	10:00~10:45 Beauty Waist Line Mako	
11:30		11:15~12:00 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako	11:15~12:00 Beauty Lower Body Mai			11:30~12:15 Beauty Lower Body Mai	12:00~12:45 BASIC 2.0 Miwako	11:30~12:15 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Misako	12:00~12:45 Total Beauty Miwako
13:00	12:00~12:45 BASIC 2.0 Miwako	12:30~13:15 BASIC 2.0 Miwako	12:30~13:15 Beauty Waist Line Mako			13:00~13:45 Total Beauty Miwako		13:00~13:45 BALANCE 2.0 Miwako	
14:30		13:45~14:30 Beauty Lower Body Arisa	13:45~14:30 BASIC 2.0 Mai						
16:00		15:00~15:45 Total Beauty Miwako	15:00~15:45 BALANCE 2.0 Arisa						
17:00		16:15~17:00 Beauty Waist Line Mako	16:15~17:00 Beauty Lower Body Mai						
18:00	18:00~18:45 BALANCE 2.0 Miwako	17:30~18:15 BALANCE 2.0 Miwako	17:30~18:15 Beauty Waist Line Mako			18:00~18:45 BASIC 2.0 Mai	18:00~19:00 Advance (members only) Misako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Mako	18:00~18:45 Total Beauty Mako
19:00	19:05~19:50 CORE Beginner Arisa					19:05~19:50 Beauty Waist Line Mako	19:20~20:05 BASIC 2.0 Mai	19:05~19:50 Total Beauty Arisa	19:05~19:50 Beauty Waist Line Mako
20:00	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mako					20:10~20:55 Beauty Lower Body Mai	20:25~21:10 Sun Energy Yoga Misako	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mako	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mai
21:00	21:15~22:00 Total Beauty Arisa					21:15~22:00 BASIC 2.0 Mako	21:30~22:15 Total Beauty Misako	21:15~22:00 CORE Beginner Arisa	21:15~22:00 Beauty Lower Body Mai

【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2018/2/20

2018/3/17~2018/3/24

	3月17日(土)	3月18日(日)	3月19日(月)	3月20日(火)	3月21日(水)	3月22日(木)	3月23日(金)	3月24日(土)
10:00	10:00~10:45 CORE Beginner Arisa	10:00~10:45 Beauty Lower Body Mai	定休日	10:00~10:45 Beauty Waist Line Misako	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Miwako	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Misako	10:00~10:45 Beauty Waist Line Mako
11:30	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mai	11:15~12:00 Beauty Waist Line Mako		11:30~12:15 BASIC 2.0 Miwako	11:15~12:00 Beauty Lower Body Misako	11:30~12:15 Beauty Waist Line Misako	11:30~12:15 Total Beauty Mako	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mai
13:00	12:30~13:15 Beauty Waist Line Mako	12:30~13:15 BASIC 2.0 Mai		13:00~13:45 Beauty Lower Body Misako	12:30~13:15 Total Beauty Miwako	13:00~13:45 BASIC 2.0 Miwako	13:00~13:45 Beauty Waist Line Misako	12:30~13:15 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako
14:30	13:45~14:30 Total Beauty Mako	13:45~14:30 BALANCE 2.0 Miwako			13:45~14:30 BASIC 2.0 Mai			13:45~14:30 Beauty Lower Body Mai
16:00	15:00~15:45 BASIC 2.0 Mai	15:00~15:45 Beauty Lower Body Mai			15:00~16:00 Advance (members only) Misako			15:00~15:45 Beauty Waist Line Mako
17:00	16:15~17:00 BALANCE 2.0 Arisa	16:15~17:00 BASIC 2.0 Mako			16:30~17:15 Beauty Waist Line Misako			16:15~17:00 BASIC 2.0 Mai
18:00	17:30~18:15 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako	17:30~18:15 Total Beauty Miwako			18:00~18:45 BALANCE 2.0 Miwako	17:45~18:30 BASIC 2.0 Mai	18:00~18:45 Beauty Lower Body Misako	18:00~18:45 BASIC 2.0 Miwako
19:00					19:05~19:50 Total Beauty Misako		19:05~19:50 BASIC 2.0 Mako	19:05~19:50 Beauty Waist Line Mako
20:00					20:10~20:55 CORE Beginner Misako		20:10~20:55 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Misako	20:10~20:55 BASIC 2.0 Mai
21:00					21:15~22:00 Beauty Waist Line Arisa		21:15~22:00 Total Beauty Mako	21:15~22:00 BALANCE 2.0 Miwako

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/2/20

2018/3/25~2018/3/31

	3月25日(日)	3月26日(月)	3月27日(火)	3月28日(水)	3月29日(木)	3月30日(金)	3月31日(土)	
10:00	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Misako	定休日	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Misako	10:00~10:45 Beauty Waist Line Mako	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Mai	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mai	
11:30	11:15~12:00 BASIC 2.0 Arisa		11:30~12:15 Total Beauty Mako	11:30~12:15 Beauty Lower Body 2.0 Arisa	11:30~12:15 Total Beauty Mako	11:30~12:15 BASIC 2.0 Mai	11:15~12:00 Beauty Waist Line Misako	
13:00	12:30~13:15 Beauty Lower Body 2.0 Misako		13:00~13:45 Sun Energy Yoga Misako	13:00~13:45 BASIC 2.0 Mako	13:00~13:45 Beauty Waist Line Mako	13:00~13:45 BALANCE 2.0 Miwako	12:30~13:15 Beauty Lower Body 2.0 Mai	
14:30	13:45~14:30 Beauty Waist Line Misako						13:45~14:30 Total Beauty Miwako	
16:00	15:00~16:00 Advance (members only) Misako						15:00~15:45 BASIC 2.0 Mai	
17:00	16:30~17:15 Total Beauty Miwako						16:15~17:00 Beauty Waist Line Misako	
18:00	17:45~18:30 BASIC 2.0 Mai			18:00~18:45 Beauty Waist Line Mako	18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Mai	18:00~18:45 BASIC 2.0 Miwako	18:00~18:45 Total Beauty Mako	17:30~18:15 BALANCE 2.0 Miwako
19:00				19:05~19:50 Total Beauty Mako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mai	19:05~19:50 SURF HIIT (members only) Misako	19:05~19:50 Beauty Lower Body 2.0 Mai	
20:00				20:10~20:55 BASIC 2.0 Mai	20:10~20:55 BALANCE 2.0 Miwako	20:10~20:55 Total Beauty Miwako	20:10~20:55 CORE Beginner Arisa	
21:00				21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Mai	21:15~22:00 Total Beauty Miwako	21:15~22:00 BALANCE 2.0 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。