

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/5/20

## 2018/6/1~2018/6/8

	6月1日(金)	6月2日(土)	6月3日(日)	6月4日(月)	6月5日(火)	6月6日(水)	6月7日(木)	6月8日(金)	
7:00				定 休 日	7:00~7:45 Total Beauty 未定		7:00~7:45 Beauty Lower Body 2.0 Misako		
10:00	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Mai	10:00~10:45 BASIC 2.0 Marika	10:00~10:45 Total Beauty Haruna		10:00~10:45 BASIC 2.0 Haruna	10:00~10:45 Total Beauty Mako	10:00~10:45 CORE Beginner Misako	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Mai	
11:00		11:15~12:00 SURF HIIT (members only) Misako	11:15~12:00 BASIC 2.0 Haruna			11:30~12:15 Beauty Lower Body 2.0 Mai	11:30~12:15 BASIC 2.0 Marika		
13:00	12:00~12:45 BASIC 2.0 未定	12:30~13:15 BASIC 2.0 Mee	12:30~13:15 Beauty Lower Body 2.0 Mai			13:00~13:45 Beauty Waist Line Mako	12:00~12:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako	13:00~13:45 Total Beauty Misako	12:00~12:45 BALANCE 2.0 O.Mako
18:00	18:00~18:45 Total Beauty Mako	16:15~17:00 BASIC 2.0 Yuri	16:15~17:00 BALANCE 2.0 Misako			18:00~18:45 Total Beauty Arisa	18:00~18:45 BASIC 2.0 未定	18:00~18:45 BALANCE 2.0 Miwako	18:00~19:00 Advance (members only) Misako
19:00	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mee	17:30~18:15 Total Beauty Mako	17:30~18:15 Beauty Lower Body 2.0 Mai			19:05~19:50 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	19:05~19:50 Beauty Waist Line Arisa	19:05~19:50 Beauty Lower Body 2.0 Mai	19:20~20:05 BALANCE 2.0 Miwako
20:00	20:10~20:55 Beauty Waist Line Mako	18:45~19:30 BASIC 2.0 O.Mako	18:45~19:30 Beauty Waist Line Misako			20:10~20:55 BASIC 2.0 O.Mako	20:10~20:55 Beauty Lower Body 2.0 Mai	20:10~20:55 Total Beauty Miwako	20:25~21:10 BASIC 2.0 Mee
21:00	21:15~22:00 BASIC 2.0 Haruna					21:15~22:00 BALANCE 2.0 Miwako	21:15~22:00 Total Beauty Misako	21:15~22:00 BASIC 2.0 未定	21:30~22:15 Beauty Lower Body 2.0 Misako

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/5/20

## 2018/6/9~2018/6/16

	6月9日(土)	6月10日(日)	6月11日(月)	6月12日(火)	6月13日(水)	6月14日(木)	6月15日(金)	6月16日(土)	
7:00			定 休 日	7:00~7:45 Beauty Lower Body 2.0 Mai		7:00~7:45 BASIC 2.0 Mee			
10:00	10:00~10:45 BALANCE 2.0 O.Mako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Marika		10:00~10:45 Beauty Waist Line Mako	10:00~10:45 Sun Energy Yoga 2.0 Misako	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Arisa	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Haruna	
11:00	11:15~12:00 BASIC 2.0 Yuri	11:15~12:00 Total Beauty Miwako			11:30~12:15 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako	11:30~12:15 CORE Beginner Arisa	11:30~12:15 BALANCE 2.0 Miwako	11:15~12:00 BALANCE 2.0 Miwako	
13:00	12:30~13:15 Beauty Waist Line Arisa	12:30~13:15 BASIC 2.0 Haruna			13:00~13:45 BASIC 2.0 Mai	12:00~12:45 BALANCE 2.0 Misako	13:00~13:45 BASIC 2.0 Haruna	12:00~12:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	12:30~13:15 BASIC 2.0 O.Mako
18:00	13:45~14:30 BASIC 2.0 Mee	13:45~14:30 BALANCE 2.0 Miwako							13:45~14:30 Beauty Waist Line Marika
19:00	15:00~15:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	15:00~15:45 SURF HIIT (members only) Arisa			18:00~18:45 Beauty Waist Line Misako	18:00~18:45 Total Beauty Misako	18:00~18:45 BALANCE 2.0 Miwako	18:00~18:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	15:00~15:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako
20:00	16:15~17:00 BALANCE 2.0 O.Mako	16:15~17:00 BASIC 2.0 Yuri			19:05~19:50 BALANCE 2.0 Miwako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Mee	19:05~19:50 Beauty Waist Line Misako	19:05~19:50 Beauty Lower Body 2.0 Mai	16:15~17:00 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Marika
21:00	17:30~18:15 Total Beauty Miwako	17:30~18:15 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako			20:10~20:55 Beauty Lower Body 2.0 Misako	20:10~20:55 CORE Beginner Arisa	20:10~20:55 Total Beauty Miwako	20:10~20:55 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako	17:30~18:15 BASIC 2.0 Mee
	18:45~19:30 BASIC 2.0 Haruna	18:45~19:30 Total Beauty Miwako			21:15~22:00 Total Beauty Miwako	21:15~22:00 BASIC 2.0 Haruna	21:15~22:15 Advance (members only) Misako	21:15~22:00 BASIC 2.0 Mai	18:45~19:30 BALANCE 2.0 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。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2018/5/20

## 2018/6/17~2018/6/24

	6月17日(日)	6月18日(月)	6月19日(火)	6月20日(水)	6月21日(木)	6月22日(金)	6月23日(土)	6月24日(日)
7:00		定休日	7:00~7:45 Total Beauty Miwako		7:00~7:45 BALANCE 2.0 Miwako			
10:00	10:00~10:45 CORE Beginner Arisa		10:00~10:45 BASIC 2.0 Mee	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Marika	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Haruna	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Marika	10:00~10:45 BASIC 2.0 O.Mako
11:00	11:15~12:00 Total Beauty Miwako		11:30~12:15 BALANCE 2.0 Miwako		11:30~12:15 BASIC 2.0 Yuri	11:30~12:15 BASIC 2.0 Yuri	11:15~12:00 BASIC 2.0 O.Mako	11:15~12:00 Beauty Waist Line Mee
13:00	12:30~13:15 BASIC 2.0 Yuri		13:00~13:45 BASIC 2.0 O.Mako	12:00~12:45 Beauty Lower Body 2.0 Marika	13:00~13:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	12:00~12:45 Beauty Waist Line Marika	12:30~13:15 Beauty Waist Line Mee	12:30~13:15 Total Beauty Miwako
	13:45~14:30 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mako						13:45~14:30 BALANCE 2.0 Miwako	13:45~14:30 BASIC 2.0 Yuri
	15:00~15:45 Beauty Lower Body 2.0 Mai						15:00~15:45 BASIC 2.0 Yuri	15:00~15:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako
18:00	16:15~17:00 BALANCE 2.0 Marika		18:00~18:45 BASIC 2.0 Haruna	18:00~18:45 Total Beauty Miwako	18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Marika	18:00~18:45 BASIC 2.0 Yuri	16:15~17:00 Beauty Lower Body 2.0 Marika	16:15~17:00 Beauty Waist Line Marika
19:00	17:30~18:15 Beauty Waist Line Mee		19:05~19:50 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Marika	19:05~19:50 Beauty Waist Line Misako	19:05~19:50 BASIC 2.0 O.Mako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Marika	17:30~18:15 SURF HIIT (members only) Arisa	17:30~18:15 BASIC 2.0 Haruna
20:00	18:45~19:30 Beauty Lower Body 2.0 Mai		20:10~20:55 Total Beauty Misako	20:10~20:55 BASIC 2.0 O.Mako	20:10~20:55 BALANCE 2.0 Marika	20:10~20:55 Beauty Waist Line Mee	18:45~19:30 Total Beauty Miwako	18:45~19:30 BALANCE 2.0 Marika
21:00			21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Misako	21:15~22:00 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	21:15~22:00 Beauty Waist Line Mee	21:15~22:00 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Marika		

# Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/5/20

## 2018/6/25~2018/6/31

	6月25日(月)	6月26日(火)	6月27日(水)	6月28日(木)	6月29日(金)	6月30日(土)
7:00	定休日	7:00~7:45 Beauty Lower Body 2.0 Marika		7:00~7:45 BASIC 2.0 Mee		
10:00		10:00~10:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Marika	10:00~10:45 BASIC 2.0 Haruna	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Miwako	10:00~10:45 Total Beauty Arisa
11:00		11:30~12:15 BASIC 2.0 O.Mako		11:30~12:15 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako		11:15~12:00 BALANCE 2.0 Marika
13:00		13:00~13:45 BALANCE 2.0 Marika	12:00~12:45 Beauty Waist Line Mee	13:00~13:45 BASIC 2.0 Haruna	12:00~12:45 BASIC 2.0 O.Mako	12:30~13:15 BASIC 2.0 O.Mako
						13:45~14:30 Beauty Lower Body 2.0 Marika
						15:00~15:45 BASIC 2.0 Yuri
18:00		18:00~18:45 Total Beauty Miwako	18:00~18:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Marika	18:00~18:45 BASIC 2.0 O.Mako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Misako	16:15~17:00 BALANCE 2.0 Marika
19:00		19:05~19:50 BASIC 2.0 未定	19:05~19:50 Beauty Waist Line 未定	19:05~19:50 Beauty Lower Body 2.0 Marika	19:05~20:05 Advance (members only) Misako	17:30~18:15 Beauty Waist Line Mee
20:00		20:10~20:55 Beauty Waist Line 未定	20:10~20:55 BASIC 2.0 Yuri	20:10~20:55 SURF HIIT (members only) Arisa	20:25~21:10 Beauty Lower Body 2.0 Marika	18:45~19:30 BASIC 2.0 Mee
21:00		21:15~22:00 BASIC 2.0 Haruna	21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Marika	21:15~22:00 BALANCE 2.0 Marika	21:30~22:15 BASIC 2.0 Yuri	

【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がりは設定は予約時に設定をお願い致します。