

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/7/21

2018/8/1~2018/8/8

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

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/7/21

2018/8/9~2018/8/16

	8月9日(木)	8月10日(金)	8月11日(土)	8月12日(日)	8月13日(月)	8月14日(火)	8月15日(水)	8月16日(木)
7:00	7:00~7:45 Beauty Waist Line Mee				定休日	7:00~7:45 BALANCE 2.0 Miwako		7:00~7:45 Total Beauty Haruna
10:00	10:00~10:45 Total Beauty Haruna	10:00~10:45 Beauty Waist Line Mee	10:00~10:45 Total Beauty Haruna	10:00~10:45 CORE Beginner Natsumi		10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	10:00~10:45 Total Beauty Arisa	10:00~10:45 BASIC 2.0 Haruna
11:00			11:15~12:00 SURF HIIT (members only) Arisa	11:15~12:00 BALANCE 2.0 Miwako				
13:00	12:00~12:45 BASIC 2.0 Mee	12:00~12:45 BALANCE 2.0 Mee	12:30~13:15 Beauty Waist Line Miwako	12:30~13:15 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Natsumi		12:00~12:45 Total Beauty Haruna	12:00~12:45 Beauty Waist Line Arisa	12:00~12:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako
			13:45~14:30 BASIC 2.0 Yuri	13:45~14:30 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako				
			15:00~15:45 Total Beauty Haruna	15:00~15:45 BASIC 2.0 Mee				
18:00	18:00~18:45 BALANCE 2.0 Miwako	18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	16:15~17:00 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	16:15~17:00 Total Beauty Miwako		18:00~18:45 Beauty Waist Line Mee	18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	18:00~18:45 BASIC 2.0 Mee
19:00	19:05~19:50 BASIC 2.0 Haruna	19:05~19:50 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	17:30~18:15 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	17:30~18:15 Beauty Waist Line Mee		19:05~19:50 CORE Beginner Arisa	19:05~20:05 Advance (members only) Misako	19:05~19:50 Total Beauty Yuri
20:00	20:10~20:55 Beauty Waist Line Miwako	20:10~20:55 BASIC 2.0 Haruna				20:10~20:55 BALANCE 2.0 Mee	20:25~21:10 BASIC 2.0 Yuri	20:10~20:55 Beauty Waist Line Mee
21:00	21:15~22:00 Total Beauty Haruna	21:15~22:00 Beauty Waist Line Miwako				21:15~22:00 SURF HIIT (members only) Arisa	21:30~22:15 Reggae mix Misako	21:15~22:00 Beauty Lower Body 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り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2018/7/21

2018/8/17~2018/8/24

	8月17日(金)	8月18日(土)	8月19日(日)	8月20日(月)	8月21日(火)	8月22日(水)	8月23日(木)	8月24日(金)
7:00				定休日	7:00~7:45 Beauty Waist Line Mee		7:00~7:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	
10:00	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Mee	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mee		10:00~10:45 BALANCE 2.0 Mee	10:00~10:45 BASIC 2.0 Haruna	10:00~10:45 Sun Energy Yoga 2.0 Misako	10:00~10:45 Total Beauty Misako
11:00		11:15~12:00 Beauty Waist Line Miwako	11:15~12:00 Total Beauty Yuri			11:30~12:15 Beauty Waist Line Mee		11:30~12:15 BASIC 2.0 Misako
13:00	12:00~12:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	12:30~13:15 BASIC 2.0 Nana	12:30~13:15 Beauty Waist Line Mee		12:00~12:45 BASIC 2.0 Haruna	13:00~13:45 Advance (members only) Misako	12:00~13:00 (members only) Misako	13:00~13:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna
		13:45~14:30 Total Beauty Yuri	13:45~14:45 Advance (members only) Natsumi					
		15:00~15:45 BALANCE 2.0 Miwako	15:15~16:00 BASIC 2.0 Nana			18:00~18:45 SURF HIIT (members only) Misako		
18:00	18:00~18:45 Beauty Waist Line Miwako	16:15~17:00 BASIC 2.0 Satoko	16:30~17:15 Total Beauty Haruna		18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri		18:00~18:45 Total Beauty Miwako	18:00~19:00 Advance (members only) Misako
19:00	19:05~19:50 BASIC 2.0 Yuri	17:30~18:15 Sun Energy Yoga 2.0 Satoko	17:45~18:30 Beauty Waist Line Nana		19:05~19:50 BALANCE 2.0 Miwako	19:05~19:50 Total Beauty Miwako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Nana	19:20~20:05 Reggae mix Haruna
20:00	20:10~20:55 Total Beauty Miwako	18:45~19:30 Beauty Waist Line Nana	19:00~19:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna		20:10~20:55 Total Beauty Yuri	20:10~20:55 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Misako	20:10~20:55 BALANCE 2.0 Miwako	20:25~21:10 Beauty Waist Line Nana
21:00	21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Yuri				21:15~22:00 Beauty Waist Line Nana	21:15~22:00 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	21:30~22:15 BASIC 2.0 Mee

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/7/21

2018/8/25~2018/8/31

	8月25日(土)	8月26日(日)	8月27日(月)	8月28日(火)	8月29日(水)	8月30日(木)	8月31日(金)
7:00			定休日				
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line Mee	10:00~10:45 Total Beauty Miwako		10:00~10:45 BASIC 2.0 Nana	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Total Beauty Yuri	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri
11:00	11:15~12:00 BASIC 2.0 Mee	11:15~12:00 Beauty Lower Body 2.0 Haruna			11:30~12:15 Total Beauty Yuri		11:30~12:15 BALANCE 2.0 Mee
13:00	12:30~13:15 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	12:30~13:15 BASIC 2.0 Miwako		12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana	13:00~13:45 BALANCE 2.0 Misako	12:00~12:45 Beauty Waist Line Miwako	13:00~13:45 Total Beauty Miwako
	13:45~14:30 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	13:45~14:30 BALANCE 2.0 Mee					
	15:00~15:45 BASIC 2.0 Nana	15:00~16:00 Advance (members only) Natsumi					
18:00	16:15~17:00 Total Beauty Haruna	16:30~17:15 BASIC 2.0 Yuri		18:00~18:45 Beauty Waist Line Mee	18:00~18:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Misako	18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	18:00~18:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako
19:00	17:30~18:15 BALANCE 2.0 Miwako	17:45~18:30 Beauty Waist Line Mee		19:05~19:50 BASIC 2.0 Yuri	19:05~19:50 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	19:05~19:50 BALANCE 2.0 Mee	19:05~19:50 BASIC 2.0 Nana
20:00	18:45~19:30 BASIC 2.0 Nana	19:00~19:45 Total Beauty Yuri		20:10~20:55 BALANCE 2.0 Mee	20:10~20:55 Reggae mix Misako	20:10~20:55 BASIC 2.0 Yuri	20:10~20:55 Beauty Waist Line Nana
21:00				21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	21:15~22:00 Total Beauty Haruna	21:15~22:00 Beauty Waist Line Mee	21:15~22:00 BALANCE 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お願い致します。