

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/8/21

2018/9/1~2018/9/8

	9月1日(土)	9月2日(日)	9月3日(月)	9月4日(火)	9月5日(水)	9月6日(木)	9月7日(金)	9月8日(土)	
7:00			定休日	7:00~7:45 Beauty Waist Line Nana	7:00~7:45 BALANCE2.0 Mee			全店研修	
10:00	10:00~10:45 BALANCE2.0 Miwako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Yuri		10:00~10:45 BALANCE2.0 Mee	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miwako	10:00~10:45 Total Beauty Yuri		
11:00	11:15~12:00 Sun Energy Yoga2.0 Miwako	11:15~12:00 BALANCE2.0 Mee							
13:00	12:30~13:15 BASIC 2.0 Mee	12:30~13:15 Beauty Waist Line Mee		12:00~12:45 BASIC 2.0 Nana	12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana	12:00~12:45 Total Beauty Miwako	12:00~12:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Misako		
	13:45~14:30 Total Beauty Haruna	13:45~14:30 BASIC 2.0 Nana							
	15:00~15:45 Beauty Waist Line Miwako	15:00~15:45 Total Beauty Yuri							
18:00	16:15~17:00 BALANCE2.0 Mee	16:15~17:00 Beauty Waist Line Nana		18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	18:00~18:45 BALANCE2.0 Miwako	18:00~18:45 Total Beauty Yuri	18:00~18:45 BASIC 2.0 Nana		
19:00	17:30~18:15 BASIC 2.0 Haruna	17:30~18:15 Beauty Lower Body 2.0 Haruna		19:05~19:50 Beauty Waist Line Miwako	19:05~19:50 Total Beauty Yuri	19:05~19:50 SURF HIIT (members only) Misako	19:05~19:50 BALANCE2.0 Mee		
20:00	18:45~19:30 Beauty Lower Body 2.0 Haruna			20:10~20:55 BASIC 2.0 Haruna	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Miwako	20:10~20:55 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	20:10~20:55 Beauty Waist Line Nana		
21:00				21:15~22:00 Total Beauty Miwako	21:15~22:00 BASIC 2.0 Yuri	21:15~22:00 Reggae mix Misako	21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Haruna		

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/8/21

2018/9/9~2018/9/16

	9月9日(日)	9月10日(月)	9月11日(火)	9月12日(水)	9月13日(木)	9月14日(金)	9月15日(土)	9月16日(日)
7:00			7:00~7:45 Total Beauty Haruna			7:00~7:45 Sun Energy Yoga Miwako		
10:00			10:00~10:45 BALANCE2.0 Mee	10:00~10:45 Sun Energy Yoga 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 BALANCE2.0 Mee
13:00			12:00~12:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	12:00~12:45 BALANCE2.0 Miwako	12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana	12:00~12:45 BASIC 2.0 Nana	12:30~13:15 Beauty Waist Line Nana	12:30~13:30 Advance (members only) Misako
							13:45~14:30 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	14:00~14:45 Beauty Waist Line Nana
							15:00~15:45 BALANCE2.0 Mee	15:15~16:00 Beauty Lower Body 2.0 Mee
18:00			18:00~18:45 BASIC 2.0 Miwako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Nana	18:00~18:45 BALANCE2.0 Mee	18:00~18:45 Total Beauty Yuri	16:15~17:00 Total Beauty Yuri	16:30~17:15 BALANCE2.0 Miwako
19:00			19:05~19:50 SURF HIIT (members only) Misako	19:05~20:05 Advance (members only) Misako	19:05~19:50 Total Beauty Yuri	19:05~19:50 Reggae mix Misako	17:30~18:15 BASIC 2.0 Nana	17:45~18:30 BASIC 2.0 Nana
20:00			20:10~20:55 Reggae mix Misako	20:25~21:10 BASIC 2.0 Nana	20:10~20:55 Beauty Waist Line Mee	20:10~20:55 BALANCE2.0 Mee	18:45~19:30 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	19:00~19:45 Beauty Waist Line Miwako
21:00			21:15~22:00 BALANCE2.0 Miwako	21:30~22:15 Total Beauty Yuri	21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	21:15~22:00 Total Beauty 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。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2018/8/21

2018/9/17~2018/9/24

	9月17日(月)	9月18日(火)	9月19日(水)	9月20日(木)	9月21日(金)	9月22日(土)	9月23日(日)	9月24日(月)
7:00				7:00~7:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna				
10:00		10:00~10:45 BALANCE2.0 Mee	10:00~10:45 BASIC 2.0 Nana	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 BASIC 2.0 Nana	10:00~10:45 BALANCE2.0 Mee	10:00~10:45 Total Beauty Yuri	
11:00		11:30~12:15 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	11:30~12:15 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	12:00~12:45 BALANCE2.0 Mee	12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana	11:15~12:00 Beauty Waist Line Nana	11:15~12:00 BALANCE2.0 Miwako	
13:00		13:00~13:45 Beauty Waist Line Mee	13:00~13:45 Total Beauty Haruna			12:30~13:15 Total Beauty Yuri	12:30~13:15 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	
	定休日					13:45~14:30 BALANCE2.0 Mee	13:45~14:30 BASIC 2.0 Yuri	定休日
						15:00~15:45 BASIC 2.0 Nana	15:00~15:45 Beauty Waist Line Miwako	
18:00	18:00~18:45 BALANCE2.0 Miwako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Miwako	18:00~18:45 BASIC 2.0 Mee	18:00~18:45 BASIC 2.0 Mee	18:00~19:00 Advance (members only) Misako	16:15~17:00 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	16:15~17:00 BASIC 2.0 Yuri	
19:00	19:05~19:55 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	19:05~19:55 BALANCE2.0 Mee	19:05~19:55 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	19:05~19:55 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	19:20~20:05 Reggae mix Misako	17:30~18:15 BASIC 2.0 Haruna	17:30~18:15 Total Beauty Haruna	
20:00	20:10~20:55 BASIC 2.0 Nana	20:10~20:55 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	20:10~20:55 Reggae mix Misako	20:10~20:55 Reggae mix Misako	20:25~21:10 BALANCE2.0 Miwako	18:45~19:30 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	18:45~19:30 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	
21:00	21:15~22:00 Total Beauty Haruna	21:15~22:00 BALANCE2.0 Mee	21:15~22:00 SURF HIIT (members only) Misako	21:15~22:00 SURF HIIT (members only) Misako	21:30~22:15 Beauty Waist Line Miwako			

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/8/21

2018/9/25~2018/9/30

	9月25日(火)	9月26日(水)	9月27日(木)	9月28日(金)	9月29日(土)	9月30日(日)
7:00	7:00~7:45 Beauty Waist Line Miwako	7:00~7:45 BASIC 2.0 Nana	7:00~7:45 BALANCE2.0 Mee			
10:00	10:00~10:45 BASIC 2.0 Nana	10:00~10:45 Total Beauty Haruna	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mee	10:00~10:45 Beauty Waist Line Miwako	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	10:00~10:45 BALANCE2.0 Miwako
11:00				11:30~12:15 BASIC 2.0 Yuri	11:15~12:00 BALANCE2.0 Miwako	11:15~12:00 Total Beauty Haruna
13:00	12:00~12:45 Total Beauty Haruna	12:00~12:45 Beauty Waist Line Mee	12:00~12:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	13:00~13:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	12:30~13:15 BASIC 2.0 Nana	12:30~13:15 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako
					13:45~14:30 Total Beauty Yuri	13:45~14:30 BASIC 2.0 Mee
					15:00~15:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	15:00~15:45 Total Beauty Miwako
18:00	18:00~18:45 Total Beauty Haruna	18:00~18:45 CORE Beginner Misako	18:00~18:45 BALANCE2.0 Miwako	18:00~18:45 BASIC 2.0 Yuri	16:15~17:00 BASIC 2.0 Nana	16:15~17:00 Beauty Lower Body 2.0 Haruna
19:00	19:05~19:55 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Misako	19:05~19:55 BASIC 2.0 yuri	19:05~19:55 Beauty Waist Line Nana	19:05~20:05 Advance (members only) Misako	17:30~18:15 Beauty Waist Line Mee	17:00~18:15 BALANCE2.0 Mee
20:00	20:10~20:55 BALANCE2.0 Mee	20:10~20:55 Reggae mix Misako	20:10~20:55 Total Beauty Miwako	20:25~21:10 Beauty Waist Line Nana	18:45~19:30 Total Beauty Haruna	18:45~19:30 Beauty Waist Line Mee
21:00	21:15~22:00 BASIC 2.0 Yuri	21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 yuri	21:15~22:00 BASIC 2.0 Nana	21:30~22:15 Total Beauty Haruna		

【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。