

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/8/7

2018/10/1~2018/10/8

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

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/8/7

2018/10/9~2018/10/16

	10月9日(火)	10月10日(水)	10月11日(木)	10月12日(金)	10月13日(土)	10月14日(日)	10月15日(月)	10月16日(火)	
7:00	7:00~7:45 BASIC 2.0 Kao	7:00~7:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna					定 休 日	7:00~7:45 BASIC 2.0 Nana	
10:00	10:00~10:45 Total Beauty Haruna	10:00~10:45 BASIC 2.0 Kao	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	10:00~10:45 BASIC 2.0 Ayaka	10:00~10:45 Beauty Waist Line Miwako		10:00~10:45 Total Beauty Haruna	
11:00					11:15~12:00 Total Beauty Kao	11:15~12:00 BASIC 2.0 Miku		11:30~12:15 Beauty Waist Line Nana	
13:00	12:00~12:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	12:00~12:45 Beauty Waist Line Miwako	12:00~12:45 BASIC 2.0 Kao	12:00~12:45 BASIC 2.0 Miku	12:30~13:15 BALANCE 2.0 Miwako	12:30~13:15 Beauty Lower Body 2.0 Kao		13:00~13:45 Beauty Lower Body 2.0 Kao	
18:00	18:00~18:45 Sun Energy Yoga 2.0 Misako	18:00~18:45 Reggae mix Misako	18:00~19:00 Advance (members only) Misako	18:00~18:45 Total Beauty Kao	13:45~14:30 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Yuri	13:45~14:30 BASIC 2.0 Miwako		15:00~15:45 Total Beauty Yuri	18:00~18:45 BASIC 2.0 Miku
19:00	19:05~19:50 Reggae mix Misako	19:05~19:50 SURF HIIT (members only) Misako	19:20~20:05 BASIC 2.0 Ayaka	19:05~19:50 Beauty Waist Line Nana	16:15~17:00 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	17:30~18:15 Beauty Waist Line Nana		19:05~19:50 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Yuri	
20:00	20:10~20:55 BALANCE 2.0 Miwako	20:10~20:55 BASIC 2.0 Ayaka	20:25~20:10 Total Beauty Kao	20:10~20:55 BASIC 2.0 Ayaka	18:45~19:30 Total Beauty Yuri	18:45~19:30 Beauty Lower Body 2.0 Haruna		20:10~20:55 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	
21:00	21:15~22:00 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	21:15~22:00 BALANCE 2.0 Miwako	21:30~22:15 Beauty Waist Line Miwako	21:15~22:00 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako				21:15~22:00 BASIC 2.0 Ayaka	

【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。
 ※キャンセル待ち繰り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2018/8/7

2018/10/17~2018/10/24

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

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/8/7

2018/10/25~2018/10/31

	10月25日(木)	10月26日(金)	10月27日(土)	10月28日(日)	10月29日(月)	10月30日(火)	10月31日(水)
7:00	7:00~7:45 Total Beauty Yuri				定 休 日	7:00~7:45 Beauty Waist Line Nana	7:00~7:45 Total Beauty Kao
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miku	10:00~10:45 Total Beauty Kao	10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri		10:00~10:45 BALANCE 2.0 Mee	10:00~10:45 BASIC 2.0 Haruna
11:00			11:15~12:00 BASIC 2.0 Ayaka	11:15~12:00 Beauty Waist Line Nana		11:30~12:15 BASIC 2.0 Ayaka	11:30~12:15 Beauty Lower Body 2.0 Kao
13:00	12:00~12:45 BALANCE 2.0 Mee	12:00~12:45 Beauty Waist Line Miwako	12:30~13:15 Circuit Shape Step (members only) Yuri	12:30~13:15 BASIC 2.0 Miku		13:00~13:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	13:00~13:45 BASIC 2.0 Ayaka
			13:45~14:30 Beauty Lower Body 2.0 Kao	13:45~14:30 SURF HIIT (members only) Misako			
			15:00~15:45 BALANCE 2.0 Miwako	15:00~15:45 Total Beauty Yuri			
18:00	18:00~18:45 BALANCE 2.0 Miwako	18:00~18:45 BASIC 2.0 Ayaka	16:15~17:00 Beauty Waist Line Nana	16:15~17:15 Advance (members only) Misako		18:00~18:45 Total Beauty Haruna	18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Yuri
19:00	19:05~19:50 BASIC 2.0 Miku	19:05~19:50 Total Beauty Kao	17:30~18:15 Total Beauty Haruna	17:45~18:30 BASIC 2.0 Ayaka		19:05~19:50 Reggae mix Misako	19:05~19:50 Beauty Waist Line Nana
20:00	20:10~20:55 Beauty Waist Line Miwako	20:10~20:55 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	18:45~19:30 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	19:00~19:45 BALANCE 2.0 Mee		20:10~20:55 Beauty Waist Line Miwako	20:10~20:55 Total Beauty Yuri
21:00	21:15~22:00 BASIC 2.0 Ayaka	21:15~22:00 Beauty Waist Line Nana				21:15~22:15 Advance (members only) Misako	21:15~22:00 BASIC 2.0 Miku

【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。