

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/11/3

2018/11/1~2018/11/8

	11月1日(木)	11月2日(金)	11月3日(土)	11月4日(日)	11月5日(月)	11月6日(火)	11月7日(水)	11月8日(木)
7:00					定休日	7:00~7:45 BASIC 2.0 Haruna		7:00~7:45 Total Beauty2.0 Haruna
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line Mee	10:00~10:45 Total Beauty2.0 Yuri	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miku	10:00~10:45 Total Beauty2.0 Kao		10:00~10:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Mee	10:00~10:45 BASIC 2.0 Haruna
11:00			11:15~12:00 Beauty Waist Line Nana	11:15~12:00 BASIC 2.0 Ayaka		11:30~12:15 Circuit Shape Step (members only) Yuri		
13:00	12:00~12:45 BASIC 2.0 Ayaka	12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	12:30~13:15 Sun Energy Yoga Miwako	12:30~13:15 Beauty Waist Line Nana		13:00~13:45 Total Beauty2.0 Kao	12:00~12:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) Mee
			13:45~14:30 Total Beauty2.0 Kao	13:45~14:30 Circuit Shape Step (members only) Yuri				
			15:00~15:45 BALANCE 2.0 Miwako	15:00~15:45 BALANCE 2.0 Mee				
18:00	18:00~18:45 Total Beauty2.0 Miwako	18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	16:15~17:00 BASIC 2.0 Ayaka	16:15~17:00 Beauty Lower Body 2.0 Haruna		18:00~18:45 CORE Beginner Misako	18:00~18:45 BASIC 2.0 Miku	18:00~18:45 Sun Energy Yoga Miwako
19:00	19:05~19:50 Beauty Waist Line Nana	19:05~19:50 Total Beauty2.0 Kao	17:30~18:15 Beauty Lower Body 2.0 Kao	17:30~18:15 BASIC 2.0 Miku		19:05~20:05 Advance (members only) Misako	19:05~19:50 CORE Beginner Misako	19:05~19:50 BASIC 2.0 Ayaka
20:00	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Yuri	20:10~20:55 BASIC 2.0 Miku	18:45~19:30 BASIC 2.0 Ayaka	18:45~19:30 Total Beauty2.0 Yuri		20:25~21:10 Beauty Waist Line Mee	20:10~20:55 SURF HIIT (members only) Misako	20:10~20:55 Beauty Waist Line Nana
21:00	21:15~22:00 BASIC 2.0 Miku	21:15~22:00 Beauty Waist Line Nana				21:30~22:15 Total Beauty2.0 Miwako	21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Yuri	21:15~22:00 Total Beauty2.0 Miwako

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/11/3

2018/11/9~2018/11/16

	11月9日(金)	11月10日(土)	11月11日(日)	11月12日(月)	11月13日(火)	11月14日(水)	11月15日(木)	11月16日(金)	
7:00				定休日		7:00~7:45 Total Beauty2.0 Kao	7:00~7:45 Beauty Waist Line Nana		
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Miwako		10:00~10:45 BASIC 2.0 Nana	10:00~10:45 Beauty Waist Line Mee	10:00~10:45 BASIC 2.0 Mee	10:00~10:45 Total Beauty2.0 Miwako	
11:00		11:15~12:00 BALANCE 2.0 Miwako	11:15~12:00 BASIC 2.0 Ayaka						
13:00	12:00~12:45 BASIC 2.0 Miku	12:30~13:30 BASIC 2.0 Miku	12:30~13:30 Advance (members only) Misako		12:00~12:45 Total Beauty2.0 Kao	12:00~12:45 Beauty Lower Body 2.0 Kao	12:00~12:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	12:00~12:45 BASIC 2.0 Ayaka	
		13:45~14:30 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Yuri	14:00~14:45 Beauty Waist Line Mee						
		15:00~15:45 Beauty Lower Body 2.0 Haruna	15:15~16:00 Beauty Lower Body 2.0 Kao						
18:00	18:00~18:45 BASIC 2.0 Haruna	16:15~17:00 Total Beauty2.0 Yuri	16:30~17:15 BASIC 2.0 Nana		16:30~17:15 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Kao	18:00~18:45 BALANCE 2.0 Miwako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Miwako	18:00~18:45 BASIC 2.0 Miki
19:00	19:05~19:50 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Yuri	17:30~18:15 BASIC 2.0 Miku	17:45~18:30 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee		19:05~19:50 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	19:05~19:50 Beauty Waist Line Nana	19:05~19:50 BASIC 2.0 Ayaka	19:05~19:50 Glamorous Hip Kao	
20:00	20:10~21:10 Advance (members only) Misako	18:45~19:30 Total Beauty2.0 Kao	19:00~19:45 Beauty Waist Line Nana		20:10~20:55 BASIC 2.0 Ayaka	20:10~20:55 BASIC 2.0 Ayaka	20:10~20:55 Total Beauty2.0 Miwako	20:10~20:55 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	
21:00	21:30~22:15 Beauty Lower Body 2.0 Haruna				21:15~22:00 Beauty Waist Line Miwako	21:15~22:00 Total Beauty2.0 Miwako	21:15~22:00 BASIC 2.0 Ayaka	21:15~22:00 Beauty Lower Body 2.0 Kao	

【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2018/11/3

2018/11/17~2018/11/24

	11月17日(土)	11月18日(日)	11月19日(月)	11月20日(火)	11月21日(水)	11月22日(木)	11月23日(金)	11月24日(土)	
7:00			定 休 日			7:00~7:45 Glamorous Hip Kao			
10:00	10:00~10:45 BASIC 2.0 Ayaka	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana			10:00~10:45 Total Beauty2.0 Miwako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Wakana	10:00~10:45 BALANCE 2.0 Mee	10:00~10:45 BASIC 2.0 Ayaka	10:00~10:45 Total Beauty2.0 Kao
11:00	11:15~12:00 Beauty Waist Line Mee	11:15~12:00 BASIC 2.0 Ayaka						11:15~12:00 Beauty Waist Line Nana	11:15~12:00 BASIC 2.0 Wakana
13:00	12:30~13:15 BASIC 2.0 Miki	12:30~13:15 Total Beauty2.0 Miwako			12:00~12:45 Beauty Waist Line Mee	12:00~12:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	12:00~12:45 BASIC 2.0 Ayaka	12:30~13:15 BASIC 2.0 Wakana	12:30~13:15 Glamorous Hip Kao
	13:45~14:30 Beauty Waist Line Nana	13:45~14:30 Glamorous Hip Kao						13:45~14:30 BALANCE 2.0 Miwako	13:45~14:30 BASIC 2.0 Wakana
	15:00~15:45 BALANCE 2.0 Mee	15:00~15:45 BASIC 2.0 Wakana						15:00~15:45 Beauty Waist Line Nana	15:00~15:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee
18:00	16:15~17:00 Glamorous Hip Kao	16:15~17:00 BALANCE 2.0 Miwako			18:00~18:45 BALANCE 2.0 Mee	18:00~18:45 Beauty Waist Line Nana	18:00~18:45 BASIC 2.0 Ayaka	16:15~17:00 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	16:15~17:00 BASIC 2.0 Nana
19:00	17:30~18:15 BASIC 2.0 Wakana	17:30~18:15 Beauty Waist Line Kao			19:05~19:50 Glamorous Hip Kao	19:05~19:50 BASIC 2.0 Ayaka	19:05~19:50 Total Beauty2.0 Miwako	17:30~18:15 BASIC 2.0 Miki	17:30~18:15 BALANCE 2.0 Mee
20:00	18:45~19:30 Total Beauty2.0 Kao	18:45~19:30 BASIC 2.0 Miki			20:10~20:55 BASIC 2.0 Wakana	20:10~20:55 Beauty Waist Line Nana	20:10~20:55 BASIC 2.0 Miki	18:45~19:30 Total Beauty2.0 Miwako	18:45~19:30 Beauty Waist Line Nana
21:00					21:15~22:00 Beauty Waist Line Mee	21:15~22:00 BASIC 2.0 Ayaka	21:15~22:00 Beauty Waist Line Nana		

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/11/3

2018/11/25~2018/11/31

	11月25日(日)	11月26日(月)	11月27日(火)	11月28日(水)	11月29日(木)	11月30日(金)	
7:00		定 休 日	7:00~7:45 Beauty Waist Line Mee		7:00~7:45 Glamorous Hip Kao		
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana		10:00~10:45 BALANCE 2.0 Miwako	10:00~10:45 BASIC 2.0 Wakana	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	10:00~10:45 BASIC 2.0 Miki	
11:00	11:15~12:00 Total Beauty2.0 Miwako						
13:00	12:30~13:15 BASIC 2.0 Wakana			12:00~12:45 BASIC 2.0 Wakana	12:00~12:45 Glamorous Hip Kao	12:00~12:45 BASIC 2.0 Ayaka	12:00~12:45 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako
	13:45~14:30 Beauty Waist Line Nana						
	15:00~15:45 BASIC 2.0 Ayaka						
18:00	16:15~17:00 BALANCE 2.0 Miwako			18:00~18:45 Beauty Lower Body 2.0 Kao	18:00~18:45 BASIC 2.0 Ayaka	18:00~18:45 Beauty Waist Line Nana	18:00~18:45 BALANCE 2.0 Mee
19:00	17:30~18:15 BASIC 2.0 Miki			19:05~19:50 BASIC 2.0 Ayaka	19:05~19:50 BALANCE 2.0 Mee	19:05~19:50 CORE Beginner Misako	19:05~19:50 SURF HIIT (members only) Misako
20:00	18:45~19:30 Circuit Shape Step (members only) Mee			20:10~20:55 Glamorous Hip Kao	20:10~20:55 BASIC 2.0 Miki	20:10~21:10 Advance (members only) Misako	20:10~20:55 Glamorous Hip Kao
21:00				21:15~22:00 BASIC 2.0 Miki	21:15~22:00 Beauty Waist Line Nana	21:30~22:15 Sun Energy Yoga 2.0 Miwako	21:15~22:00 Beauty Waist Line Mee

【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。
 ※キャンセル待ち繰り上げの設定は予約時に設定お願い致します。