Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/12/02

2018/12/1～2018/12/8

	12月1日(土)	12月2日(日)	12月3日(月)	12月4日(火)	12月5日(水)	12月6日(木)	12月7日(金)	12月8日(土)
7:00						7:00～7:45 BASIC 2.0 Miki	7:00～7:45 Beauty Waist Line Nana	
10:00	10:00～10:45 Balance2.0 Miwako	10:00～10:45 Beauty Waist Line Nana		10:00～10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00～10:45 Basic2.0 Wakana	10:00～10:45 Balance2.0 Mee	10:00～10:45 Basic2.0 Miki	10:00～10:45 Glamorous Hip Kao
11:00	11:15～12:00 Beauty Waist Line Nana	11:15～12:00 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka						11:15～12:00 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka
13:00	12:30～13:15 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	12:30～13:15 Basic2.0 Wakana		12:00～12:45 Basic2.0 Miki	12:00～12:45 Balance2.0 Mee	12:00～12:45 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	12:00～12:45 Beauty Waist Line Nana	12:30～13:15 Beauty Waist Line Nana
	13:45～14:30 Basic2.0 Wakana	13:45～14:30 Total Beauty2.0 Mwako	定 休 日					13:45～14:30 Total Beauty2.0 Kao
18:00	15:00～15:45 Glamorous Hip Kao	15:00～15:45 Circuit Shape Step2.0 (members only) Mee		18:00～18:45 Total Beauty2.0 Mwako	18:00～18：45 SURF HIIT (members only) Misako	18:00～18:45 Beauty Waist Line Miwako	18:00～18:45 Basic2.0 Wakana	15:00～15:45 Circuit Shape Step2.0 (members only) Mee
19:00	16:15～17:00 Sun Energy Yoga2.0 Miwako	16:15～17:00 Balance2.0 Miwako		19:05～19:50 Circuit Shape Step2.0 (members only) Mee	19:05～19:50 Balance2.0 Miwako	19:05～19:50 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	19:05～20:05 Advance2.0 (members only) Misako	16:15～17:00 Beauty Waist Line Nana
20:00	17:30～18:15 Beauty Lower Body 2.0 Kao	17:30～18:15 Basic2.0 Miki		20:10～20:55 Glamorous Hip Kao	20:10～20:55 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	20:10～20:55 Total Beauty2.0 Mwako	20:25～21:10 Total Beauty2.0 Mwako	17:30～18:15 Balance2.0 Mee
21:00	18:45～19:30 Beauty Waist Line Nana	18:45～19:30 Beauty Waist Line Mee		21:15～22:00 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	21:15～22:00 Beauty Waist Line Nana	21:15～22:00 Glamorous Hip Kao	21:30～22:15 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	18:45～19:30 BASIC 2.0 Wakana

更新日2018/12/02

2018/12/9～2018/12/16

	12月9日(日)	12月10日(月)	12月11日(火)	12月12日(水)	12月13日(木)	12月14日(金)	12月15日(土)	12月16日(日)
7:00			7:00～7:45 Glamorous Hip Kao		7:00～7:45 BALANCE 2.0 Mee			
10:00	10:00～10:45 Total Beauty2.0 Kao		10:00～10:45 Total Beauty2.0 Kao	10:00～10:45 Beauty Lower Body 2.0 Kao	10:00～10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00～10:45 Total Beauty2.0 Miwako	10:00～10:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	10:00～10:45 Basic2.0 Miki
11:00	11:15～12:00 BALANCE 2.0 Mee						11:15～12:00 Glamorous Hip Kao	11:15～12:00 Total Beauty2.0 Miwako
13:00	12:30～13:15 Glamorous Hip Kao		12:00～12:45 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	12:00～12:45 Beauty Waist Line Nana	12:00～12:45 Total Beauty2.0 Miwako	12:00～12:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	12:30～13:15 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	12:30～13:15 Beauty Lower Body 2.0 kao
	13:45～14:30 SURF HIIT (members only) Misako	定 休 日					13:45～14:30 Beauty Waist Line Mee	13:45～14:30 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka
18:00	15:00～15:45 BASIC 2.0 Miki		18:00～18:45 Balance2.0 Miwako	18:00～18:45 BASIC 2.0 Wakana	18:00～18:45 Glamorous Hip Kao	18:00～18:45 Beauty Waist Line Nana	15:00～15:45 BASIC 2.0 Ayaka	15:00～15:45 Beauty Waist Line Mee
19:00	16:15～17:00 Beauty Waist Line Nana		19:05～19:50 BASIC 2.0 Nana	19:05～19:50 Total Beauty2.0 Miwako	19:05～19:50 BASIC 2.0 Wakana	19:05～19:50 BALANCE 2.0 Mee	16:15～17:00 Total Beauty2.0 Kao	16:15～17:00 BALANCE 2.0 Miwako
20:00	17:30～18:15 BASIC 2.0 Wakana		20:10～20:55 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	20:10～20:55 Glamorous Hip Kao	20:10～20:55 Beauty Lower Body 2.0 kao	20:10～20:55 BASIC 2.0 Miki	17:30～18:15 BASIC 2.0 Miki	17:30～18:15 Glamorous Hip Kao
21:00	18:45～19:30 Sun Energy Yoga2.0 Miwako		21:15～22:00 Total Beauty2.0 Miwako	21:15～22:00 BASIC 2.0 Miki	21:15～22:00 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	21:15～22:00 Beauty Waist Line Nana	18:45～19:30 Beauty Waist Line Nana	18:45～19:30 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がりの設定は予約時に設定お願い致します。

更新日2018/12/02

2018/12/17～2018/12/24

	12月17日(月)	12月18日(火)	12月19日(水)	12月20日(木)	12月21日(金)	12月22日(土)	12月23日(日)	12月24日(月)
7:00	定休日	7:00～7:45 Total Beauty2.0 Miwako		7:00～7:45 Beauty Lower Body 2.0 Kao				定休日
10:00		10:00～10:45 BASIC 2.0 Miki	10:00～10:45 Glamorous Hip Kao	10:00～10:45 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	10:00～10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00～10:45 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	10:00～10:45 BALANCE 2.0 Mee	
11:00						11:15～12:00 Sun Energy Yoga Miwako	11:15～12:00 Beauty Waist Line Nana	
13:00		12:00～12:45 Glamorous Hip Kao	12:00～12:45 BASIC 2.0 Wakana	12:00～12:45 Total Beauty2.0 Miwako	12:00～12:45 BASIC 2.0 Miki	12:30～13:15 BALANCE 2.0 Miwako	12:30～13:15 Total Beauty2.0 Kao	
						13:45～14:30 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	13:45～14:30 BASIC 2.0 Wakana	
						15:00～15:45 Total Beauty2.0 Miwako	15:00～15:45 BALANCE 2.0 Mee	
18:00		18:00～18:45 SURF HIIT (members only) Misako	18:00～18:45 Beauty Waist Line Mee	18:00～18:45 BALANCE 2.0 Mee	18:00～18:45 Total Beauty2.0 Miwako	16:15～17:00 BASIC 2.0 Miki	16:15～17:00 BASIC 2.0 Ayaka	
19:00		19:05～20:05 Advance2.0 (members only) Misako	19:05～20:05 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	19:05～19:50 Beauty Waist Line Nana	19:05～19:50 BASIC 2.0 Wakana	17:30～18:15 Beauty Waist Line Nana	17:30～18:15 Glamorous Hip Kao	
20:00		20:25～21:10 Beauty Waist Line Nana	20:10～20:55 BASIC 2.0 Miki	20:10～20:55 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	20:10～20:55 BALANCE 2.0 Miwako	18:45～19:30 BALANCE 2.0 Mee	18:45～19:30 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	
21:00		21:30～22:15 BASIC 2.0 Wakana	21:15～22:00 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	21:15～22:00 BASIC 2.0 Wakana	21:15～22:00 Beauty Waist Line Mee			

更新日2018/12/02

2018/12/25～2018/12/31

	12月25日(火)	12月26日(水)	12月27日(木)	12月28日(金)	12月29日(土)	12月30日(日)	12月31日(月)
7:00	7:00～7:45 BASIC 2.0 Miki		7:00～7:45 Beauty Waist Line Mee			年末休業日	定休日
10:00	10:00～10:45 Beauty Waist Line Miwako	10:00～10:45 Total Beauty2.0 Kao	10:00～10:45 Beauty Lower Body 2.0 Kao	10:00～10:45 Giamorous Hip Kao	10:00～10:45 BASIC 2.0 Ayaka		
11:00					11:15～12:00 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee		
13:00	12:00～12:45 Total Beauty2.0 Miwako	12:00～12:45 Circuit Shape Step 2.0 (members only) Mee	12:00～12:45 BALANCE 2.0 Mee	12:00～12:45 Total Beauty2.0 Kao	12:30～13:15 Beauty Waist Line Nana		
					13:45～14:30 BASIC 2.0 Ayaka		
					15:00～15:45 BALANCE 2.0 Mee		
18:00	18:00～18:45 BASIC 2.0 Wakana	18:00～18:45 Giamorous Hip Kao	18:00～18:45 BASIC 2.0 Miki	18:00～18:45 BALANCE 2.0 Mee	16:15～17:00 Beauty Waist Line Nana		
19:00	19:05～19:50 Giamorous Hip Kao	19:05～19:50 BASIC 2.0 Miki	19:05～19:50 SURF HIIT (members only) Misako	19:05～20:05 Advance2.0 (members only) Misako	17:30～18:15 BASIC 2.0 Miki		
20:00	20:10～20:55 Xmas surf mix BASIC2.0 Ayaka	20:10～20:55 Beauty Waist Line Miwako	20:10～20:55 BASIC 2.0 Ayaka	20:25～20:10 Beauty Waist Line Miwako			
21:00	21:15～22:00 Beauty Lower Body 2.0 Kao	21:15～22:00 Total Beauty2.0 Miwako	21:15～22:00 Beauty Waist Line Nana	21:30～22:15 BASIC 2.0 Wkana			

【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がりの設定は予約時に設定お願い致します。