

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2018/1/11

2019/1/1~2019/1/8

	1月1日(火)	1月2日(水)	1月3日(木)	1月4日(金)	1月5日(土)	1月6日(日)	1月7日(月)	1月8日(火)		
7:00	定休日	定休日	13:30~14:15 Glamorous Hip Kao				定休日	7:00~7:45 Basic new music Miki		
10:00				10:00~10:45 Glamorous Hip Kao	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	10:00~10:45 Beauty Waist Line O.Mako		10:00~10:45 Balance Miwako		
11:00					11:15~12:00 Glamorous Hip Kao	11:15~12:00 Basic new music Ayaka		12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana		
13:00					12:00~12:45 Total Beauty Kao	12:30~13:15 Basic new music Miki		12:30~13:15 Glamorous Hip Mako		
18:00					14:45~15:30 Circuit Shape Step (members only) Mee	18:00~19:00 Advance (members only) Misako		15:00~15:45 Basic new music Ayaka	15:00~15:45 Sun Energy Yoga Miwako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Mee
19:00					16:00~16:45 Balance Miwako	19:20~20:05 Balance O.Mako		16:15~17:00 Total Beauty Kao	16:15~17:00 Beauty Waist Line Kao	19:05~19:50 SURF HIT (members only) Misako
20:00					17:15~18:00 Basic new music Miki	20:25~21:10 Basic new music Wakana		17:30~18:15 Beauty Waist Line Nana	17:30~18:15 Balance Miwako	20:10~20:55 Balance Mee
21:00						21:30~22:15 Beauty Waist Line Nana				21:15~22:00 Basic new music Ayaka

更新日2018/1/11

2019/1/9~2019/1/16

	1月9日(水)	1月10日(木)	1月11日(金)	1月12日(土)	1月13日(日)	1月14日(月)	1月15日(火)	1月16日(水)	
7:00						定休日	7:00~7:45 Total Beauty Miwako		
10:00	10:00~10:45 Basic new music Wakana	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Total Beauty Kao	10:00~10:45 Basic new music Nana	10:00~10:45 Glamorous Hip O.Mako			10:00~10:45 Beauty Waist Line O.Mako	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Mee
11:00				11:15~12:00 Balance Miwako	11:15~12:00 Sun Energy Yoga Miwako				
13:00		12:00~12:45 Basic new music Wakana	12:00~12:45 Balance Miwako	12:30~13:15 Beauty Waist Line Nana	12:30~13:30 Advance (members only) Mee			12:00~12:45 Basic new music Miwako	12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana
18:00		18:00~19:00 Advance (members only) Mee	18:00~18:45 Beauty Waist Line Nana	13:45~14:30 Total Beauty Miwako	14:00~14:45 Beauty Waist Line O.Mako				
19:00		19:05~19:50 Beauty Waist Line O.Mako	19:20~20:05 Basic new music Miki	15:00~15:45 Beauty Waist Line O.Mako	15:15~16:00 Basic new music Wakana			18:00~18:45 Basic new music Ayaka	18:00~18:45 Beauty Waist Line O.Mako
20:00		20:10~20:55 Basic new music Ayaka	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Miwako	16:15~17:00 Basic new music Ayaka	16:30~17:15 Total Beauty Miwako			19:05~19:50 Glamorous Hip Kao	19:05~19:50 Total Beauty Miwako
21:00		20:25~21:10 Glamorous Hip O.Mako	21:15~22:00 Basic new music Ayaka	17:30~18:15 Glamorous Hip O.Mako	17:45~18:30 Beauty Waist Line Nana			20:10~20:55 Beauty Waist Line Nana	20:10~20:55 Glamorous Hip O.Mako

【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。
 ※キャンセル待ち繰り上げの設定は予約時に設定お願い致します。

2019/1/17~2019/1/24

	1月17日(木)	1月18日(金)	1月19日(土)	1月20日(日)	1月21日(月)	1月22日(火)	1月23日(水)	1月24日(木)
7:00	7:00~7:45 Beauty Waist Line Kao					7:00~7:45 Glamorous Hip Kao		
10:00	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 Balance Miwako	10:00~10:45 Glamorous Hip Kao	10:00~10:45 Basic new music		10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Basic new music	10:00~10:45 Balance Mee
11:00			11:15~12:00 Basic new music	11:15~12:00 Wakana			11:15~12:00 Miki	
13:00	12:00~12:45 Balance Mee	12:00~12:45 Basic new music	12:00~12:45 Basic new music Wakana	12:00~12:45 Beauty Waist Line O.Mako		12:00~12:45 Basic new music	12:00~12:45 Total Beauty Kao	12:00~12:45 Basic new music
			12:30~13:15 Total Beauty Miwako	12:30~13:15 Basic new music				12:00~12:45 Ayaka
			13:45~14:30 Balance Mee	13:45~14:30 Ayaka				
			15:00~15:45 Beauty Waist Line Nana	15:00~15:45 Beauty Waist Line Nana				
18:00	18:00~18:45 Basic new music Miki	18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	16:15~17:00 Circuit Shape Step (members only) Mee	16:15~17:00 Balance Mee		18:00~18:45 SURF HIIT (members only) Misako	18:00~18:45 Basic new music Wakana	18:00~18:45 Glamorous Hip Kao
19:00	19:05~19:50 Beauty Waist Line Nana	19:05~19:50 Basic new music Wakana	17:30~18:15 Basic new music Ayaka	17:30~18:15 Total Beauty Kao		19:05~19:50 Beauty Waist Line Mee	19:05~20:05 Advance (members only) Misako	19:05~19:50 SURF HIIT (members only) Misako
20:00	20:10~20:55 Basic new music Miki	20:10~20:55 Beauty Waist Line Kao				20:10~20:55 Sun Energy Yoga Miwako	20:25~21:10 Balance Miwako	20:10~20:55 Beauty Waist Line Nana
21:00	21:15~22:00 Glamorous Hip O.Mako	21:15~22:00 Total Beauty Kao				21:15~22:00 Basic new music Mee	21:30~22:15 Beauty Waist Line Nana	21:15~22:00 Basic new music Miki

定休日

2019/1/25~2019/1/31

	1月25日(金)	1月26日(土)	1月27日(日)	1月28日(月)	1月29日(火)	1月30日(水)	1月31日(木)
7:00							
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line O.Mako	10:00~10:45 Total Beauty Kao	10:00~10:45 Balance Miwako		10:00~10:45 Total Beauty Kao	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Basic new music Wakana
11:00		11:15~12:00 Beauty Waist Line Nana	11:15~12:15 Advance (members only) Mee				
13:00	12:00~12:45 Balance Mee	12:30~13:15 Basic new music Ayaka	12:45~13:30 Sun Energy Yoga Miwako		12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana	12:00~12:45 Basic new music Miki	12:00~12:45 Glamorous Hip O.Mako
	17:00~17:45 Basic new music Wakana	13:45~14:30 Beauty Waist Line O.Mako	14:00~14:45 Basic new music Wakana		17:00~17:45 Glamorous Hip O.Mako	17:00~17:45 Basic new music	17:00~17:45 Balance Mee
18:00	18:00~18:45 Sun Energy Yoga Miwako	15:00~15:45 Glamorous Hip Kao	15:15~16:00 Total Beauty Kao		18:00~18:45 Balance Miwako	18:00~18:45 Total Beauty Kao	18:00~18:45 Basic new music Kao
19:00	19:05~20:05 Advance (members only) Misako	16:15~17:00 Basic new music Wakana	16:30~17:15 Beauty Waist Line Nana		19:05~19:50 Basic new music Miki	19:05~19:50 Circuit Shape Step (members only) Mee	19:05~20:05 Advance (members only) Mee
20:00	20:25~21:10 Total Beauty Miwako	17:30~18:15 Balance Miwako	17:45~18:30 Glamorous Hip Kao		20:10~20:55 Total Beauty Miwako	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Miwako	20:25~21:10 Beauty Waist Line Nana
21:00	21:30~22:15 Basic new music Ayaka				21:15~22:00 Beauty Waist Line O.Mako	21:15~22:00 Glamorous Hip Kao	21:30~22:15 Total Beauty Kao

定休日

【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客様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りの設定は予約時に設定お願い致します。