

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2019/3/20

2019/4/1~2019/4/8

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

更新日2019/3/20

2019/4/9~2019/4/16

	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)	4月14日(日)	4月15日(月)	4月16日(火)	
7:00	7:00~7:45 Total Beauty Kao		7:00~7:45 Glamorous Hip Kao				定 休 日		
10:00	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	10:00~10:45 Total Beauty Kao	10:00~10:45 Basic Wakana	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	10:00~10:45 Balance O.Mako			10:00~10:45 CORE Beginner 未定
11:00					11:15~12:00 Beauty Waist Line Nana	11:15~12:00 Total Beauty Wakana			
13:00	12:00~12:45 Basic Mee	12:00~12:45 Beauty Waist Line Kao	12:00~12:45 Total Beauty Wakana	12:00~12:45 Glamorous Hip Kao	12:30~13:15 Glamorous Hip Kao	12:30~13:30 Advance (members only) Mee			12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) Mee
					13:45~14:30 Balance O.Mako	14:00~14:45 Basic Nana			17:00~17:45 Balance Miwako
18:00	18:00~18:45 Balance O.Mako	18:05~19:05 Advance (members only) Mee	18:05~18:50 Beauty Waist Line Mee	18:05~18:50 Glamorous Hip O.Mako	18:05~18:50 Glamorous Hip O.Mako	16:15~17:00 Basic Kao		15:15~16:00 Glamorous Hip Kao	18:05~18:50 Basic Miki
19:00	19:05~19:50 Total Beauty Wakana	19:25~20:10 Beauty Waist Line O.Mako	19:10~19:55 Balance Miwako	19:10~19:55 Basic O.Mako	19:10~19:55 Basic O.Mako	17:30~18:15 Sun Energy Yoga Miwako		17:45~18:30 Beauty Waist Line Kao	19:10~19:55 Beauty Waist Line new music Miwako
20:00	20:10~20:55 Beauty Waist Line Misako	20:30~21:15 Total Beauty Wakana	20:15~21:00 Glamorous Hip O.Mako	20:15~21:00 Beauty Waist Line Miwako					20:15~21:00 Glamorous Hip Kao
21:00	21:15~22:00 Basic Wakana	21:35~22:20 Glamorous Hip O.Mako	21:20~22:05 Basic Mee	21:20~22:05 Circuit Shape Step (members only) Mee					21:20~22:05 Total Beauty Wakana

【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げの設定は予約時に設定お願い致します。

2019/4/17~2019/4/24

	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)	4月24日(水)	
7:00						定 休 日		7:00~7:45 Beauty Waist Line new music Miwako	
10:00	10:00~10:45 Basic Wakana	10:00~10:45 Beauty Waist Line new music Kao	10:00~10:45 Total Beauty Wakana	10:00~10:45 CORE Beginner 未定	10:00~10:45 Balance O.Mako			10:00~10:45 Glamorous Hip Kao	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Miwako
11:00	11:15~12:00 Glamorous Hip Kao	11:15~12:00 Total Beauty Miki		11:15~12:00 Total Beauty Wakana	11:15~12:00 Sun Energy Yoga Nana				
13:00	12:30~13:15 Total Beauty Miki	12:30~13:15 Balance Miwako	12:00~12:45 Beauty Waist Line new music Kao	12:30~13:15 Beauty Waist Line new music Nana	12:30~13:15 Top Balance (members only) 未定			12:00~12:45 Beauty Waist Line new music Miwako	12:00~12:45 Basic Wakana
				13:45~14:45 Advance (members only) Mee	13:45~14:30 Beauty Waist Line new music Mee				
18:00	18:00~18:45 Beauty Waist Line new music Kao	18:00~18:45 CORE Beginner 未定	18:05~18:50 Basic Miwako	16:30~17:15 Glamorous Hip Kao	16:15~17:00 Total Beauty Miki			18:05~18:50 Total Beauty Misako	18:00~18:45 Glamorous Hip Kao
19:00	19:05~19:50 Total Beauty Miki	19:05~19:50 Balance Mee	19:10~19:55 Beauty Waist Line new music Mee	17:45~18:30 Balance Miwako	17:30~18:15 Basic Wakana			19:10~19:55 SURF HIIT (members only) Misako	19:05~19:50 CORE Beginner 未定
20:00	20:10~20:55 CORE Beginner 未定	20:10~21:10 Advance (members only) Misako	20:15~21:00 Total Beauty Miki					20:15~21:00 CORE Beginner 未定	20:10~20:55 Top Balance (members only) 未定
21:00	21:15~22:00 Sun Energy Yoga Miwako	21:30~22:15 Total Beauty Miki	21:20~22:05 Glamorous Hip O.Mako					21:20~22:05 Beauty Waist Line new music Mee	21:15~22:00 Sun Energy Yoga Nana

2019/4/25~2019/4/31

	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)
7:00		7:00~7:45 Sun Energy Yoga Nana				
10:00	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	10:00~10:45 Beauty Waist Line new music Mee	10:00~10:45 Total Beauty Wakana	10:00~10:45 Beauty Waist Line new music Kao		10:00~10:45 Top Balance (members only) 未定
11:00			11:15~12:00 Glamorous Hip Kao	11:15~12:00 Total Beauty Wakana		11:15~12:00 Basic Mee
13:00	12:00~12:45 CORE Beginner 未定	12:00~12:45 Total Beauty Wakana	12:30~13:15 Basic Wakana	12:30~13:30 Advance (members only) Mee		12:30~13:15 Total Beauty Wakana
	17:00~17:45 Balance Miwako		13:45~14:30 Total Beauty Kao	14:00~14:45 Glamorous Hip Kao		13:45~14:30 Balance Mee
18:00	18:05~18:50 Beauty Waist Line new music O.Mako	18:00~18:45 Basic Miki	15:00~15:45 Sun Energy Yoga Miwako	15:15~16:00 Basic Miki		15:00~15:45 Beauty Waist Line new music O.Mako
19:00	19:10~19:55 Total Beauty Kao	19:05~19:50 SURF HIIT (members only) Misako	16:15~17:00 Top Balance (members only) 未定	16:30~17:15 Beauty Waist Line new music Mee		16:15~17:00 Total Beauty Miki
20:00	20:15~21:00 Basic O.Mako	20:10~20:55 Balance Miwako	17:30~18:15 Beauty Waist Line new music Miwako	17:45~18:30 Total Beauty Miki		17:30~18:15 Glamorous Hip Kao
21:00	21:20~22:05 Glamorous Hip Kao	21:15~22:00 Total Beauty Miki				

【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。