

# Surf Fit池袋店 Lesson Schedule

更新日2019/8/20

## 2019/9/1~2019/9/8

|       | 9月1日(日)                                  | 9月2日(月) | 9月3日(火)                                  | 9月4日(水)                                  | 9月5日(木)                                  | 9月6日(金)                                  | 9月7日(土)                                  | 9月8日(日)                                  |
|-------|--|---------|--|--|--|--|--|--|
| 7:00  |  | 定休日     |  |  |  |  |  |  |
| 10:00 | 10:00~10:45<br>Total Beauty<br>Wakana    |         | 10:00~10:45<br>Beauty Waist Line<br>Miku | 10:00~10:45<br>Total Beauty<br>Wakana    | 10:00~10:45<br>Basic<br>Nana             | 10:00~10:45<br>Glamorous Hip<br>Ayaka    | 10:00~10:45<br>Beauty Waist Line<br>Kana | 10:00~10:45<br>Balance<br>Kana           |
| 11:00 |  |         |  |  |  |  | 11:45~12:30<br>Basic<br>Ayaka            | 11:45~12:30<br>Glamorous Hip<br>Wakana   |
| 13:00 | 11:45~12:30<br>Beauty Waist Line<br>Nana |         | 12:00~12:45<br>Basic<br>Miku             | 12:00~12:45<br>Glamorous Hip<br>Nana     | 12:00~12:45<br>CORE Beginner<br>Nana     | 12:00~12:45<br>Balance<br>Wakana         |  |  |
|       | 13:30~14:15<br>Glamorous Hip<br>Miku     |         |  |  |  |  | 13:30~14:15<br>Balance<br>Ayaka          | 13:30~14:15<br>Beauty Waist Line<br>Nana |
|       | 15:15~16:00<br>Balance<br>Wakana         |         |  |  |  |  | 15:15~16:00<br>Total Beauty<br>Kana      | 15:15~16:00<br>Basic<br>Kana             |
| 18:00 |  |         |  |  |  |  |  |  |
| 19:00 | 17:00~17:45<br>Basic<br>Nana             |         | 18:00~18:45<br>Balance<br>Wakana         | 18:00~18:45<br>Beauty Waist Line<br>Miku | 18:00~18:45<br>Total Beauty<br>Kana      | 18:00~18:45<br>Beauty Waist Line<br>Kana | 17:00~17:45<br>Glamorous Hip<br>Miku     | 17:00~17:45<br>Total Beauty<br>Wakana    |
| 20:00 |  |         | 19:30~20:15<br>Glamorous Hip<br>Fuka     | 19:30~20:15<br>Basic<br>Ayaka            | 19:30~20:15<br>Balance<br>Ayaka          | 19:30~20:15<br>Basic<br>Miku             |  |  |
| 21:00 |  |         | 21:00~21:45<br>Sun Energy Yoga<br>Nana   | 21:00~21:45<br>Balance<br>Kana           | 21:00~21:45<br>Beauty Waist Line<br>Kana | 21:00~21:45<br>Glamorous Hip<br>Miku     |  |  |

更新日2019/8/20

## 2019/9/9~2019/9/16

|       | 9月9日(月) | 9月10日(火) | 9月11日(水)                                 | 9月12日(木)                                 | 9月13日(金)                                 | 9月14日(土)                                 | 9月15日(日)                               | 9月16日(月) |                                 |
|-------|---------|----------|--|--|--|--|--|----------|---------------------------------|
| 7:00  | 定休日     | 研修       |  |  |  |  |  | 定休日      |                                 |
| 10:00 |         |          | 10:00~10:45<br>Balance<br>Miku           | 10:00~10:45<br>Beauty Waist Line<br>Kana | 10:00~10:45<br>Balance<br>Kana           | 10:00~10:45<br>Glamorous Hip<br>Wakana   | 10:00~10:45<br>Sun Energy Yoga<br>Nana |          |                                 |
| 11:00 |         |          |  |  |  | 11:45~12:30<br>Balance<br>Ayaka          | 11:45~12:30<br>Total Beauty<br>Wakana  |          |                                 |
| 13:00 |         |          | 12:00~12:45<br>Beauty Waist Line<br>Miku | 12:00~12:45<br>Balance<br>Kana           | 12:00~12:45<br>Basic<br>Kana             |  | 13:30~14:15<br>Total Beauty<br>Wakana  |          | 13:30~14:15<br>Basic<br>Ayaka   |
|       |         |          |  |  |  |  | 15:15~16:00<br>Glamorous Hip<br>Ayaka  |          | 15:15~16:00<br>Balance<br>Ayaka |
| 18:00 |         |          | 18:00~18:45<br>Basic<br>Ayaka            | 18:00~18:45<br>Balance<br>Wakana         | 18:00~18:45<br>Sun Energy Yoga<br>Nana   | 17:00~17:45<br>Beauty Waist Line<br>Kana | 17:00~17:46<br>Glamorous Hip<br>Nana   |          |                                 |
| 19:00 |         |          |  |  |  |  |  |          |                                 |
| 20:00 |         |          | 19:30~20:15<br>Total Beauty<br>Wakana    | 19:30~20:15<br>Glamorous Hip<br>Ayaka    | 19:30~20:15<br>Beauty Waist Line<br>Nana |  |  |          |                                 |
| 21:00 |         |          | 21:00~21:45<br>Glamorous Hip<br>Ayaka    | 21:00~21:45<br>Basic<br>Wakana           | 21:00~21:45<br>Balance<br>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。  
 ※キャンセル待ち繰り上げの設定は予約時に設定お願い致します。

## 2019/9/17~2019/9/24

|       | 9月17日(火)   | 9月18日(水)   | 9月19日(木)  | 9月20日(金)                                 | 9月21日(土)   | 9月22日(日)   | 9月23日(月)    | 9月24日(火)                                 |
|-------|--|--|---|--|--|--|-------------|--|
| 7:00  |  |  |   |  |  |  | 定<br>休<br>日 |  |
| 10:00 | 10:00~10:45<br>Total Beauty<br>New Music<br>Wakana | 10:00~10:45<br>Glamorous Hip<br>Wakana             | 10:00~10:45<br>Basic<br>Ayaka                     | 10:00~10:45<br>Beauty Waist Line<br>Nana | 10:00~10:45<br>Total Beauty<br>New Music<br>Kana | 10:00~10:45<br>Basic<br>Miku                       |             | 10:00~10:45<br>Balance<br>Ayaka          |
| 11:00 |  |  |   |  | 11:45~12:30<br>Beauty Waist Line<br>Kana         | 11:45~12:30<br>Balance<br>Kana                     |             |  |
| 13:00 | 12:00~12:45<br>Balance<br>Wakana                   | 12:00~12:45<br>Total Beauty<br>New Music<br>Wakana | 12:00~12:45<br>Glamorous Hip<br>Ayaka             | 12:00~12:45<br>Sun Energy Yoga<br>Nana   |  |  |             | 12:00~12:45<br>Glamorous Hip<br>Wakana   |
|       |  |  |   |  | 13:30~14:15<br>Glamorous Hip<br>Wakana           | 13:30~14:15<br>CORE Beginner<br>Nana               |             |  |
|       |  |  |   |  | 15:15~16:00<br>Balance<br>Ayaka                  | 15:15~16:00<br>Glamorous Hip<br>Ayaka              |             |  |
| 18:00 |  |  |   |  | 17:00~17:45<br>Basic<br>Wakana                   | 17:00~17:45<br>Total Beauty<br>New Music<br>Wakana |             |  |
| 19:00 | 18:15~19:00<br>Glamorous Hip<br>Miku               | 18:15~19:00<br>Basic<br>Miku                       | 18:00~18:45<br>Beauty Waist Line<br>Kana          | 18:00~18:45<br>Balance<br>Kana           |  |  |             | 18:00~18:45<br>Beauty Waist Line<br>Nana |
|       |  |  |   |  |  |  |             |  |
| 20:00 | 19:45~20:30<br>Beauty Waist Line<br>Miku           | 19:45~20:30<br>Total Beauty<br>New Music<br>Kana   | 19:30~20:15<br>Basic<br>Kana                      | 19:30~20:15<br>Glamorous Hip<br>Ayaka    |  |  |             | 19:30~20:15<br>Basic<br>Kana             |
| 21:00 | 21:15~22:00<br>Basic<br>Ayaka                      | 21:15~22:00<br>Balance<br>Ayaka                    | 21:00~21:45<br>Total Beauty<br>New Music<br>Maaya | 21:00~21:45<br>Beauty Waist Line<br>Kana |  |  |             | 21:00~21:45<br>Balance<br>Miku           |

## 2019/9/25~2019/9/31

|       | 9月25日(水)                                 | 9月26日(木)   | 9月27日(金)   | 9月28日(土)   | 9月29日(日)   | 9月30日(月)    |  |
|-------|--|--|--|--|--|-------------|--|
| 7:00  |  |  |  |  |  | 定<br>休<br>日 |  |
| 10:00 | 10:00~10:45<br>CORE Beginner<br>Nana     | 10:00~10:45<br>Balance<br>Ayaka                    | 10:00~10:45<br>Basic<br>Wakana                   | 10:00~10:45<br>Balance<br>Miku                     | 10:00~10:45<br>Glamorous Hip<br>MIku               |             |  |
| 11:00 |  |  |  |  |  |             |  |
| 13:00 | 12:00~12:45<br>Balance<br>Ayaka          | 12:00~12:45<br>Total Beauty<br>New Music<br>Kana   | 12:00~12:45<br>Glamorous Hip<br>Ayaka            | 11:45~12:30<br>Total Beauty<br>New Music<br>Kana   | 11:45~12:30<br>Basic<br>Miku                       |             |  |
|       |  |  |  | 13:30~14:15<br>Beauty Waist Line<br>Kana           | 13:30~14:15<br>Total Beauty<br>New Music<br>Wakana |             |  |
|       |  | 17:00~17:45<br>Glamorous Hip<br>Miku               | 17:00~17:45<br>Beauty Waist Line<br>Kana         | 15:15~16:00<br>Basic<br>MIku                       | 15:15~16:00<br>Beauty Waist Line<br>Kana           |             |  |
| 18:00 |  |  |  |  |  |             |  |
| 19:00 | 18:00~18:45<br>Balance<br>Kana           | 18:15~19:00<br>Beauty Waist Line<br>MIku           | 18:15~19:00<br>Basic<br>MIku                     | 17:00~17:45<br>Total Beauty<br>New Music<br>Wakana | 17:00~17:45<br>Balance<br>Ayaka                    |             |  |
|       |  |  |  |  |  |             |  |
| 20:00 | 19:30~20:15<br>Beauty Waist Line<br>Miku | 19:45~20:30<br>Total Beauty<br>New Music<br>Wakana | 19:45~20:30<br>Balance<br>MIku                   |  |  |             |  |
| 21:00 | 21:00~21:45<br>Glamorous Hip<br>Miku     | 21:15~22:00<br>Basic<br>Wakana                     | 21:15~22:00<br>Total Beauty<br>New Music<br>Kana |  |  |             |  |

【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。