

# Surf Fit池袋店 Lesson Schedule

更新日2019/10/20

## 2019/11/1~2019/11/8

	11月1日(金)	11月2日(土)	11月3日(日)	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)
7:00				定 休 日				
10:00	10:00~10:45 Glamorous Hip Miku	10:00~10:45 Balance Kana	10:00~10:45 Basic Ayaka		10:00~10:45 Glamorous Hip Ayaka	10:00~10:45 Total Beauty Wakana	10:00~10:45 Top Balance (members only) Wakana	10:00~10:45 Beauty Waist Line Kana
11:00								
13:00	12:00~12:45 Sun Energy Yoga Nana	11:45~12:30 Basic Wakana	11:45~12:30 Total Beauty Wakana		12:00~12:45 Beauty Waist Line Kana	12:00~12:45 Basic Ayaka	12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana	12:00~12:45 CORE Beginner Nana
18:00								
19:00	18:30~19:15 Basic Ayaka	17:00~17:45 Top Balance (members only) Wakana	17:00~17:45 Beauty Waist Line Nana		18:30~19:15 Basic Miku	18:30~19:15 Beauty Waist Line Kana	18:30~19:15 Glamorous Hip Ayaka	18:30~19:15 Basic Miku
20:00	19:45~20:30 Balance Ayaka				19:45~20:30 Balance Miku	19:45~20:30 Glamorous Hip Miku	19:45~20:30 Beauty Waist Line Miku	19:45~20:30 Total Beauty Wakana
21:00	21:00~21:45 Total Beauty Kana				21:00~21:45 Sun Energy Yoga Nana	21:00~21:45 Balance Kana	21:00~21:45 Basic Miku	21:00~21:45 Glamorous Hip Wakana

更新日2019/10/20

## 2019/11/9~2019/11/16

	11月9日(土)	11月10日(日)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	11月16日(土)
7:00			定 休 日					
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Glamorous Hip Miku		10:00~10:45 Basic Ayaka	10:00~10:45 Beauty Waist Line Miku	10:00~10:45 Balance Wakana	10:00~10:45 Glamorous Hip Wakana	10:00~10:45 Total Beauty Kana
11:00								
13:00	11:45~12:30 CORE Beginner Nana	11:45~12:30 Balance Miku		12:00~12:45 Balance Miku	12:00~12:45 Glamorous Hip Wakana	12:00~12:45 Total Beauty Kana	12:00~12:45 Beauty Waist Line Kana	11:45~12:30 Glamorous Hip Miku
18:00								
19:00	17:00~17:45 Total Beauty Kana	17:00~17:45 Basic Kana		18:30~19:15 Total Beauty Kana	18:30~19:15 Balance Ayaka	18:30~19:15 Beauty Waist Line Nana	18:30~19:15 Balance Miku	17:00~17:45 Beauty Waist Line Nana
20:00				19:45~20:30 Top Balance (members only) Wakana	19:45~20:30 Basic Nana	19:45~20:30 Balance Miku	19:45~20:30 CORE Beginner Nana	
21:00				21:00~21:45 Balance Kana	21:00~21:45 Total Beauty Kana	21:00~21:45 Glamorous Hip Ayaka	21:00~21:45 Basic 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げの設定は予約時に設定お願い致します。

## 2019/11/17~2019/11/24

	11月17日(日)	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)	11月24日(日)
7:00		定休日						
10:00	10:00~10:45 Total Beauty Wakana		10:00~10:45 Basic Ayaka	10:00~10:45 Balance Ayaka	10:00~10:45 Glamorous Hip MIKU	10:00~10:45 Total Beauty Wakana	10:00~10:45 Glamorous Hip Nana	10:00~10:45 CORE Beginner Nana
11:00								
13:00	11:45~12:30 Top Balance (members only) Wakana		12:00~12:45 Glamorous Hip Ayaka	12:00~12:45 Beauty Waist Line Miku	12:00~12:45 Basic Ayaka	12:00~12:45 Balance Wakana	11:45~12:30 Total Beauty Kana	11:45~12:30 Glamorous Hip Ayaka
17:00	13:30~14:15 Glamorous Hip Ayaka						13:30~14:15 Top Balance (members only) Wakana	13:30~14:15 Beauty Waist Line Nana
18:00	15:15~16:00 Beauty Waist Line MIKU						15:15~16:00 Balance Miku	15:15~16:00 Total Beauty Wakana
19:00	17:00~17:45 Basic MIKU						17:00~17:45 Glamorous Hip MIKU	17:00~17:45 Balance Wakana
20:00			18:30~19:15 Beauty Waist Line Kana	18:30~19:15 CORE Beginner Nana	18:30~19:15 Balance Kana	18:30~19:15 Beauty Waist Line Nana		
21:00			19:45~20:30 Total Beauty Kana	19:45~20:30 Balance Wakana	19:45~20:30 Glamorous Hip Nana	19:45~20:30 Basic Kana		
			21:00~21:45 Basic MIKU	21:00~21:45 Beauty Waist Line Kana	21:00~21:45 Sun Energy Yoga Wakana	21:00~21:45 Glamorous Hip Ayaka		

## 2019/11/25~2019/11/31

	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)
7:00						
10:00		10:00~10:45 Total Beauty Kana	10:00~10:45 Basic Kana	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	10:00~10:45 Balance Wakana	10:00~10:45 Basic Kana
11:00						11:45~12:30 Beauty Waist Line Kana
13:00		12:00~12:45 Beauty Waist Line Kana	12:00~12:45 Total Beauty Kana	12:00~12:45 Top Balance (members only) Wakana	12:00~12:45 Sun Energy Yoga Nana	13:30~14:15 Total Beauty Wakana
17:00						15:15~16:00 Balance Wakana
18:00						17:00~17:45 Glamorous Hip MIKU
19:00		18:30~19:15 Balance AYaka	18:30~19:15 Glamorous Hip Ayaka	18:30~19:15 Basic MIKU	18:30~19:15 Sexy Back Style (members only) Ayaka	
20:00		19:45~20:30 Beauty Waist Line Nana	19:45~20:30 Balance Ayaka	19:45~20:30 Glamorous Hip MIKU	19:45~20:30 Beauty Waist Line MIKU	
21:00		21:00~21:45 Glamorous Hip Nana	21:00~21:45 Basic Nana	21:00~21:45 Balance Ayaka	21:00~21:45 Total Beauty 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。