

# Surf Fit渋谷店 Lesson Schedule

更新日2019/11/20

## 2019/12/1~2019/12/8

	12月1日(日)	12月2日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)	12月7日(土)	12月8日(日)
10:00	10:00~10:45 Basic Kyoka	定休日	10:30~11:15 Balance Chihiro	10:30~11:15 Glamorous Hip Akari	10:30~11:15 Basic Riri	10:30~11:15 Sun Energy Yoga Kyoka	10:00~10:45 Balance Aya	10:00~10:45 Glamorous Hip Akari
11:30	11:15~12:00 Beauty Waist Line Shoko		12:00~13:00 Advance (members only) Satoko	12:00~12:45 Balance Aya	12:00~12:45 Total Beauty Shoko	12:00~12:45 Beauty Waist Line Chihiro	11:15~12:00 Total Beauty Shoko	11:15~12:00 Sun Energy Yoga Chihiro
13:00	12:00~12:45 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Kyoka		13:00~13:45 Electric Wave 2st Akari	13:30~14:15 Total Beauty Satoko	13:00~13:45 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Riri	13:00~13:45 Electric Wave 2st Kyoka	12:00~12:45 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Kyoka	12:00~12:45 REGGAE MIX (members only) 2st Satoko
14:30	12:30~13:15 Top Balance (members only) Chihiro		13:30~14:15 Beauty Waist Line Chihiro		13:30~14:15 Beauty Waist Line Shoko	13:30~14:15 Sexy Back Style (members only) Chihiro	12:30~13:15 Glamorous Hip Akari	12:30~13:15 Basic Akari
16:00	13:45~14:30 Total Beauty Satoko						13:45~14:30 CORE Beginner Aya	13:45~14:30 Top Balance (members only) Chihiro
17:00	15:00~15:45 Balance Aya		17:45~18:30 Total Beauty Shoko	17:45~18:30 Aloha Mix Riri	17:45~18:30 Balance Chihiro	17:45~18:30 Balance Aya	15:00~15:45 Basic Akari	15:00~15:45 Total Beauty Satoko
18:00	15:30~16:15 Night surf mix in Balance 2st Chihiro		19:00~19:45 Aloha Mix Riri	19:00~19:45 Beauty Waist Line Chihiro	19:00~19:45 Basic Kyoka	19:00~19:45 Balance Aya	15:30~16:15 Xmas surf mix BASIC 2st Kyoka	15:30~16:15 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Riri
19:00	16:15~17:30 Basic Akari		19:45~20:30 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Aya	19:45~20:30 Electric Wave 2st Riri	19:45~20:30 Night surf mix in Balance 2st Chihiro	19:45~20:30 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Riri	16:15~17:30 Beauty Waist Line Shoko	16:15~17:30 Balance Shoko
20:00	17:30~18:15 CORE Beginner Aya		20:15~21:00 CORE Beginner Shoko	20:15~21:00 Basic Kyoka	20:15~21:00 Sun Energy Yoga Kyoka	20:15~21:00 Circuit Shape Step (members only) Misako	17:30~18:15 Basic Riri	17:30~18:15 Aloha Mix Riri
21:00	18:45~19:30 Glamorous Hip Akari		21:30~22:15 Basic Riri	21:30~22:15 Sexy Back Style (members only) Chihiro	21:30~22:15 Glamorous Hip Aya	21:30~22:15 Aloha Mix Satoko	18:45~19:45 Advance (members only) Satoko	18:45~19:30 Beauty Waist Line Shoko

# Surf Fit渋谷店 Lesson Schedule

更新日2019/11/20

## 2019/12/9~2019/12/16

	12月9日(月)	12月10日(火)	12月11日(水)	12月12日(木)	12月13日(金)	12月14日(土)	12月15日(日)	12月16日(月)	
10:00	定休日	10:30~11:15 Top Balance (members only) Satoko	10:30~11:15 Xmas surf mix BASIC 2st Kyoka	10:30~11:15 Glamorous Hip Akari	10:30~11:15 Basic Akari	10:00~10:45 CORE Beginner Aya	10:00~10:45 Basic Kyoka	定休日	
11:30		12:00~12:45 Glamorous Hip Akari	12:00~12:45 Total Beauty Satoko	12:00~12:45 Balance Aya	12:00~12:45 Aloha Mix Riri	11:15~12:00 Basic Riri	11:15~12:00 Total Beauty Satoko		
13:00		13:00~13:45 REGGAE MIX (members only) 2st Satoko	13:00~13:45 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Kyoka	13:00~13:45 Night surf mix in Balance 2st Chihiro	13:00~13:45 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Shoko	13:00~13:45 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Chihiro	12:00~12:45 Night surf mix in Balance 2st Chihiro		12:00~12:45 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Riri
14:30		13:30~14:15 Basic Akari	13:30~14:15 Balance Satoko	13:30~14:15 Basic Akari	13:30~14:15 Glamorous Hip Akari	13:30~14:15 Balance Aya	12:30~13:15 Balance Aya		12:30~13:15 Sun Energy Yoga Kyoka
16:00						13:45~14:30 Xmas surf mix BASIC 2st Kyoka	13:45~14:30 Balance Chihiro		13:45~14:30 Balance Chihiro
17:00						15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Chihiro	15:00~16:00 Advance (members only) Satoko		15:00~16:00 Advance (members only) Satoko
18:00		17:45~18:30 Aloha Mix Riri	17:30~18:15 Basic Akari	17:45~18:30 Total Beauty Shoko	17:45~18:30 Total Beauty Shoko	19:00~19:45 Top Balance (members only) Satoko	15:30~16:15 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Riri		15:30~16:15 Electric Wave 2st Akari
19:00		19:00~19:45 Balance Aya	18:45~19:45 Advance (members only) Chihiro	19:00~19:45 Glamorous Hip Aya	19:00~19:45 Glamorous Hip Aya	19:45~20:30 Xmas surf mix BASIC 2st Kyoka	15:30~16:15 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Riri		16:30~17:15 Glamorous Hip Aya
20:00		19:45~20:30 Xmas surf mix BASIC 2st Kyoka	19:45~20:30 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Aya	19:45~20:30 Electric Wave 2st Riri	19:45~20:30 BASIC 2st Kyoka	20:15~21:00 Sexy Back Style (members only) Chihiro	16:15~17:00 Total Beauty Satoko		17:45~18:30 Sexy Back Style (members only) Chihiro
21:00		20:15~21:00 Basic Riri	20:15~21:00 Glamorous Hip Akari	20:15~21:00 Beauty Waist Line Shoko	20:15~21:00 Beauty Waist Line Shoko	17:30~18:15 Sun Energy Yoga Kyoka	19:00~19:45 Basic Akari		19:00~19:45 Basic Akari
22:00	21:30~22:15 Sun Energy Yoga Kyoka	21:30~22:15 Balance Aya	21:30~22:15 Aloha Mix Riri	21:30~22:15 Aloha Mix Riri	21:30~22:15 Total Beauty Satoko	18:45~19:30 Top Balance (members only) Satoko			

【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す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。

# Surf Fit渋谷店 Lesson Schedule

更新日2019/11/20

## 2019/12/17~2019/12/24

	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)	12月21日(土)	12月22日(日)	12月23日(月)	12月24日(火)
10:00					10:00~10:45 Glamorous Hip Akari	10:00~10:45 Balance Fuuka	定休日	10:30~11:15 Xmas surf mix BASIC 2st Akari
11:30	10:30~11:15 Glamorous Hip Aya	10:30~11:15 Balance Aya	10:30~11:15 Beauty Waist Line Misako	10:30~11:15 Aloha Mix Riri	11:15~12:00 CORE Beginner Aya	11:15~12:00 Circuit Shape Step (members only)		12:00~12:45 Sexy Back Style (members only) Chihiro
13:00	12:00~12:45 Basic Riri	12:00~12:45 Xmas surf mix BASIC 2st Akari	12:00~12:45 Basic Riri	12:00~12:45 Sun Energy Yoga Chihiro	12:00~12:45 Electric Wave 2st Akari	12:30~13:15 Basic Fuuka		13:30~14:15 Glamorous Hip Akari
14:30	13:30~14:15 Balance Aya	13:30~14:15 2st Akari	13:00~13:45 Night surf mix in Balance 2st Shoko	13:00~13:45 Electric Wave 2st Riri	12:30~13:15 Aloha Mix Riri	13:45~14:30 Glamorous Hip Akari		
16:00			13:30~14:15 Aloha Mix Riri	13:30~14:30 Advance (members only) Chihiro	13:45~14:30 Balance Aya	15:00~15:45 Beauty Waist Line Shoko		
17:00					15:00~15:45 Total Beauty Shoko	16:15~17:00 CORE Beginner Aya		
18:00	17:45~18:30 Xmas surf mix BASIC 2st Fuuka	17:45~18:30 Beauty Waist Line Misako	17:45~18:30 Glamorous Hip Akari	17:45~18:30 Total Beauty Shoko	15:30~16:15 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Riri	17:30~18:15 Total Beauty Shoko		17:45~18:30 Balance Aya
19:00	19:00~19:45 Top Balance (members only) Chihiro	19:00~19:45 Total Beauty Misako	19:00~19:45 CORE Beginner Aya	19:00~19:45 Balance Aya	16:15~17:00 Basic Fuuka	18:45~19:30 Xmas surf mix BASIC 2st Akari		19:00~19:45 Total Beauty Shoko
21:00	19:45~20:30 Night surf mix in Balance 2st Shoko	19:45~20:30 Electric Wave 2st Riri	19:45~20:30 REGGAE MIX (members only) 2st Chihiro	19:45~20:30 Xmas surf mix BASIC 2st Akari	17:30~18:15 Beauty Waist Line Shoko			19:45~20:30 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Riri
22:00	20:15~21:00 Aloha Mix Riri	Circuit Shape Step (members only) Chihiro	20:15~21:00 Balance Fuuka	20:15~21:00 Beauty Waist Line Shoko	18:45~19:30 Glamorous Hip Akari			20:15~21:00 Glamorous Hip Akari
	21:30~22:15 Total Beauty Shoko	21:30~22:15 Aloha Mix Riri	21:30~22:15 Beauty Waist Line Chihiro	21:30~22:15 Glamorous Hip Akari				21:30~22:15 Beauty Waist Line Shoko

# Surf Fit渋谷店 Lesson Schedule

更新日2019/11/20

## 2019/12/25~2019/12/31

	12月25日(水)	12月26日(木)	12月27日(金)	12月28日(土)	12月29日(日)	12月30日(月)	12月31日(火)	
10:00				10:00~10:45 Total Beauty Shoko	10:00~10:45 Glamorous Hip Aya	休業日	休業日	
11:30	10:30~11:15 Total Beauty Shoko	10:30~11:15 Aloha Mix Riri	10:30~11:15 Beauty Waist Line Shoko	11:15~12:00 Glamorous Hip Akari	11:15~12:00 Basic Fuuka			
13:00	12:00~12:45 Aloha Mix Riri	12:00~12:45 Glamorous Hip Aya	12:00~12:45 Balance Fuuka	12:00~12:45 Night surf mix in Balance 2st Shoko	12:00~12:45 Electric Wave 2st Riri			
14:30	13:00~13:45 Night surf mix in Beauty Lower Body 2st Shoko	13:00~13:45 Electric Wave 2st Riri	13:00~13:45 Night surf mix in Balance 2st Shoko	12:30~13:15 Beauty Waist Line Chihiro	12:30~13:15 CORE Beginner Aya			
15:00	13:30~14:15 Basic Riri	13:30~14:15 Balance Aya	13:30~14:15 Glamorous Hip Akari	13:45~14:30 Basic Akari	13:45~14:30 Aloha Mix Riri			
16:00				15:00~15:45 Sexy Back Style (members only) Chihiro	15:00~15:45 Basic Fuuka			
18:00				15:30~16:15 REGGAE MIX (members only) 2st Chihiro	16:15~17:00 Glamorous Hip Akari			
18:30	17:45~18:30 Total Beauty Shoko	17:45~18:30 Beauty Waist Line Chihiro	17:30~18:15 Aloha Mix Riri	15:30~16:15 Electric Wave 2st Fuuka	17:30~18:15 Circuit Shape Step (members only) Chihiro			
20:00	19:00~19:45 Balance Aya	19:00~19:45 Basic Fuuka	18:45~19:30 Beauty Waist Line Chihiro	16:15~17:00 CORE Beginner Aya	17:30~18:15 Basic Akari			
21:00	19:45~20:30 Xmas surf mix BASIC 2st Fuuka	19:45~20:30 REGGAE MIX (members only) 2st Chihiro	19:45~20:30 Electric Wave 2st Akari	17:30~18:15 Glamorous Hip Fuuka	18:45~19:30 Basic Akari			
22:00	20:15~21:00 CORE Beginner Aya	20:15~21:00 Glamorous Hip Akari	20:00~20:45 Basic Riri	18:45~19:30 Balance Fuuka				
	21:30~22:15 Glamorous Hip Akari	21:30~22:15 Balance Fuuka	21:15~22:15 Advance (members only) Chihiro					

◆ 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。

【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。

◆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。