

Surf Fit銀座店 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)
7:00		定休日						
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line Natsumi		10:00~10:45 Balance Yuuki	10:00~10:45 Total Beauty Nanami	10:00~10:45 Sun Energy Yoga Miwako	10:00~10:45 Beauty Waist Line Miwako	10:00~10:45 Basic Rina	10:00~10:45 Glamorous Hip Miwako
11:00	11:15~12:00 Balance Rina						11:15~12:00 Balance Yuuki	11:15~12:00 CORE Beginner Nanami
12:00	12:30~13:15 Sexy Back Style (members only) Misako		12:00~12:45 CORE Beginner Nanami	12:00~12:45 Aloha Mix Yuuki	12:00~12:45 Glamorous Hip Miwako	12:00~12:45 Basic Saki	12:30~13:15 Sun Energy Yoga Misako	12:30~13:15 Total Beauty Miwako
	13:45~14:30 Sun Energy Yoga Nanami						13:45~14:30 Sexy Back Style (members only) Misako	13:45~14:30 Xmas surf mix Nanami
	15:00~15:45 Basic Rina						15:00~15:45 Xmas surf mix Nanami	15:00~15:45 Balance Rina
18:00	16:15~17:00 Total Beauty Nanami		18:00~18:45 Beauty Waist Line Saki	18:00~18:45 Basic Rina	18:00~18:45 Total Beauty Nanami	18:00~18:45 Basic Rina	16:15~17:00 Beauty Waist Line Saki	16:15~17:15 Advance (members only) Nanami
19:00	17:30~18:15 Balance Yuuki		19:05~19:50 Balance Misako	19:05~19:50 Beauty Waist Line Saki	19:05~19:50 Balance Rina	19:05~19:50 Circuit Shape Step (members only) Yuuki	17:30~18:15 Total Beauty Nanami	17:45~18:30 Aloha Mix Yuuki
20:00	18:45~19:30 Beauty Waist Line Saki		SURF HIIT (members only) Misako	20:10~20:55 Balance Rina	20:10~20:55 CORE Beginner Nanami	20:10~20:55 Balance Rina	18:45~19:30 Glamorous Hip O.Mako	19:00~19:45 Basic Rina
21:00			21:15~22:00 Glamorous Hip Miwako	21:15~22:00 Basic Saki	21:15~22:00 Beauty Waist Line Saki	21:15~22:00 Total Beauty Nanami		

Surf Fit銀座店 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)
7:00								
10:00		10:00~10:45 Basic Yuuki	10:00~10:45 Balance Rina	10:00~10:45 Aloha Mix Yuuki	10:00~10:45 Balance Rina	10:00~10:45 Basic Nanami	10:00~10:45 Total Beauty Miwako	
11:00						11:15~12:00 Sun Energy Yoga Nanami	11:15~12:00 Xmas surf mix Saki	
13:00	定休日	12:00~12:45 Sexy Back Style (members only) Ayaka	12:00~12:45 Xmas surf mix Saki	12:00~12:45 Basic Rina	12:00~12:45 Total Beauty Nanami	12:30~13:15 Balance Yuuki	12:30~13:15 Glamorous Hip Miwako	
						13:45~14:30 Xmas surf mix Nanami	13:45~14:30 Balance Rina	定休日
						15:00~15:45 Sexy Back Style (members only) Ayaka	15:00~15:45 Beauty Waist Line Saki	
18:00		18:00~18:45 Beauty Waist Line Saki	18:00~18:45 Basic Yuuki	18:00~18:45 Glamorous Hip Miwako	18:00~18:45 Balance Miwako	16:15~17:00 Basic Saki	16:15~17:00 Circuit Shape Step (members only) Yuuki	
19:00		19:05~19:50 Basic Rina	19:05~19:50 Top Balance (members only) Nanami	19:05~19:50 CORE Beginner Nanami	19:05~19:50 Xmas surf mix Saki	17:30~18:15 Aloha Mix Yuuki	17:30~18:15 Balance Rina	
20:00		20:10~20:55 Xmas surf mix Saki	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Nanami	20:10~21:10 Advance (members only) Chihiro	20:10~20:55 Beauty Waist Line Miwako	18:45~19:30 Beauty Waist Line Saki	18:45~19:30 Basic Yuuki	
21:00		21:15~22:00 Balance Rina	21:15~22:00 Glamorous Hip Wakana	21:30~22:15 Total Beauty Miwako	21:15~22:00 Glamorous Hip Miwako			

【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)

※上記受付時間外は外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。

Surf Fit銀座店 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)
7:00				7:30~8:15 Basic Nanami			定 休 日	
10:00	10:00~10:45 Total Beauty Satoko	10:00~10:45 Glamorous Hip Miwako	10:00~10:45 CORE Beginner Nanami	10:00~10:45 Aloha Mix Yuuki	10:00~10:45 Balance Miwako	10:00~10:45 Glamorous Hip O.Mako		10:00~10:45 Xmas surf mix Nanami
11:00					11:15~12:00 Glamorous Hip Satoko	11:15~12:00 Beauty Waist Line Coming soon		
13:00	12:00~12:45 Xmas surf mix O.Mako	12:00~12:45 Beauty Waist Line Coming soon	12:00~12:45 Balance Yuuki	12:00~12:45 Total Beauty Nanami	12:30~13:15 Sun Energy Yoga Miwako	12:30~13:15 Xmas surf mix O.Mako		12:00~12:45 Glamorous Hip Miwako
					13:45~14:30 Sexy Back Style (members only) O.Mako	13:45~14:30 CORE Beginner Nanami		
					15:00~15:45 Total Beauty Satoko	15:00~15:45 Basic Rina		
18:00	18:00~18:45 Glamorous Hip Miwako	18:00~18:45 Sexy Back Style (members only) O.Mako	18:00~18:45 Beauty Waist Line O.Mako	18:00~18:45 Basic Satoko	16:15~17:00 Xmas surf mix Nanami	16:15~17:00 Top Balance (members only) Satoko		18:00~18:45 Basic Yuuki
19:00	19:05~19:50 Circuit Shape Step (members only) Yuuki	19:05~19:50 Glamorous Hip Satoko	19:05~19:50 Top Balance (members only) Satoko	19:05~19:50 Beauty Waist Line Miwako	17:30~18:15 Balance O.Mako	17:30~18:15 Total Beauty Nanami		19:05~19:50 Sun Energy Yoga Satoko
20:00	20:10~20:55 CORE Beginner Nanami	20:10~20:55 Basic Yuuki	20:10~20:55 Glamorous Hip O.Mako	20:10~21:10 Advance (members only) Satoko	18:45~19:30 Beauty Waist Line Coming soon	18:45~19:30 Glamorous Hip Satoko		20:10~21:10 Advance (members only) O.Mako
21:00	21:15~22:00 Balance Miwako	21:15~22:00 Aloha Mix Satoko	21:15~22:00 Total Beauty Satoko	21:30~22:15 Balance Rina				21:30~22:15 Glamorous Hip Satoko

Surf Fit銀座店 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)	
7:00			7:30~8:15 Total Beauty Satoko			定 休 日	定 休 日	
10:00	10:00~10:45 Balance O.Mako	10:00~10:45 Beauty Waist Line Coming soon	10:00~10:45 Balance Rina	10:00~10:45 Beauty Waist Line Miwako	10:00~10:45 Basic Rina			
11:00				11:15~12:00 Basic Rina	11:15~12:00 Total Beauty Nanami			
13:00	12:00~12:45 Xmas surf mix Nanami	12:00~12:45 Total Beauty Satoko	12:00~12:45 Glamorous Hip Satoko	12:30~13:15 Sexy Back Style (members only) O.Mako	12:30~13:15 Beauty Waist Line Coming soon			
				13:45~14:30 Glamorous Hip Miwako	13:45~14:30 Aloha Mix Yuuki			
				15:00~15:45 Balance Satoko	15:00~15:45 Glamorous Hip O.Mako			
18:00	18:00~18:45 Balance Rina	18:00~18:45 Beauty Waist Line Miwako	18:00~18:45 CORE Beginner Nanami	16:15~17:00 Sun Energy Yoga Nanami	16:15~17:00 Circuit Shape Step (members only) Satoko			
19:00	19:05~19:50 Basic Miwako	19:05~19:50 Top Balance (members only) O.Mako	19:05~19:50 Beauty Waist Line Misako	17:30~18:15 Aloha Mix Satoko	17:30~18:15 Balance O.Mako			
20:00	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Yuuki	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Miwako	20:10~21:10 Advance (members only) Misako	18:45~19:30 Basic Yuuki	18:45~19:30 Total Beauty Satoko			
21:00	21:15~22:00 Total Beauty Miwako	21:15~22:00 Glamorous Hip O.Mako	21:30~22:15 Balance Miwako					

【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時間前を過ぎた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をお願い致します。