

Surf Fit池袋店 Lesson Schedule

更新日2020/9/20

2020/10/1~2020/10/8

	10月1日(木)	10月2日(金)	10月3日(土)	10月4日(日)	10月5日(月)	10月6日(火)	10月7日(水)	10月8日(木)	
7:00					定休日				
10:00		10:30~11:15 Circuit Shape Step (members only) Aiko	10:30~11:15 Total Beauty Satoko	10:30~11:15 Balance Aiko		10:30~11:30 Advance (members only) Satoko	10:30~11:15 Basic Miku		
11:00			12:00~12:45 Basic Kana	12:00~12:45 Beauty Waist Line Miku					
13:00		13:00~13:45 Beauty Waist Line Satoko	13:30~14:15 Sexy Back Style (members only) Miku	13:30~14:15 CORE Beginner Aiko		13:00~13:45 Glamorous Hip Miku	13:00~13:45 Balance Aiko		
18:00	17:30~18:15 Total Beauty Kana		15:00~15:45 Night surf mix in Beauty Lower Body Kana	15:00~15:45 Glamorous Hip Kana					17:30~18:15 Beauty Waist Line Miku
19:00	19:00~19:45 Beauty Waist Line Aiko	19:30~20:15 Balance Satoko				19:30~20:15 Basic Miku	19:30~20:15 Night surf mix in Balance Satoko	19:00~19:45 Sexy Back Style (members only) Aiko	
20:00									
21:00	20:30~21:15 REGGAE MIX (members only) Satoko	21:00~21:45 Glamorous Hip Miku				21:00~21:45 Top Balance (members only) Kana	21:00~21:45 Total Beauty Kana	20:30~21:15 Basic Kana	

Surf Fit池袋店 Lesson Schedule

更新日2020/9/20

2020/10/9~2020/10/16

	10月9日(金)	10月10日(土)	10月11日(日)	10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	10月16日(金)	
7:00				定休日					
10:00	10:30~11:15 REGGAE MIX (members only) Satoko	10:30~11:15 Circuit Shape Step (members only) Aiko	10:30~11:15 Glamorous Hip Satoko		10:30~11:15 Glamorous Hip Miku	10:30~11:15 Total Beauty Kana			10:30~11:15 Glamorous Hip Kana
11:00			12:00~12:45 Total Beauty Kana		12:00~12:45 Total Beauty Kana				
13:00	13:00~13:45 Beauty Waist Line Aiko	13:30~14:15 Sun Energy Yoga Aiko	13:30~14:15 Sexy Back Style (members only) Miku		13:00~13:45 Balance Kana	13:00~13:45 Beauty Waist Line Aiko			13:00~13:45 Basic Satoko
18:00		15:00~15:45 Total Beauty Satoko	15:00~15:45 Basic Kana					17:30~18:15 Basic Miku	
19:00	19:30~20:15 Glamorous Hip Aiko					19:30~20:15 Beauty Waist Line Kana	19:30~20:15 CORE Beginner Aiko	19:00~20:00 Advance (members only) Satoko	19:30~20:15 Night surf mix in Balance Satoko
20:00								20:45~21:30 Glamorous Hip Aiko	
21:00	21:00~21:45 Balance Miku					21:00~21:45 Basic Aiko	21:00~21:45 Top Balance (members only) Satoko		21:00~21:45 Beauty Waist Line Miku

【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 9:00~18:00)
 (日曜日/祝日 受付時間 9:00~18:00)
 ※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。

Surf Fit池袋店 Lesson Schedule

更新日2020/9/20

2020/10/17~2020/10/24

	10月17日(土)	10月18日(日)	10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)	10月24日(土)
7:00			定休日					
10:00								
11:00	10:30~11:15 Total Beauty Satoko	10:30~11:15 Balance Miku		10:30~11:15 Beauty Waist Line Miku	10:30~11:15 Glamorous Hip Miku		10:30~11:15 Sun Energy Yoga Aiko	10:30~11:15 Halloween Night Surf Aiko
13:00	12:00~12:45 Sexy Back Style (members only) Kana	12:00~12:45 Glamorous Hip Miku		13:00~13:45 Basic Kana	13:00~13:45 Top Balance (members only) Kana		13:00~13:45 Balance Satoko	12:00~13:00 Advance (members only) Satoko
	13:30~14:15 Glamorous Hip Aiko	13:30~14:15 Basic Aiko						13:45~14:30 CORE Beginner Aiko
18:00	15:00~15:45 Sun Energy Yoga Miku	15:00~15:45 Total Beauty Kana					17:30~18:15 Balance Satoko	15:15~16:00 Balance Kana
19:00				19:30~20:15 REGGAE MIX (members only) Satoko	19:30~20:15 Night surf mix in Beauty Lower Body Kana	19:00~19:45 Basic Kana	19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Satoko	
20:00						20:30~21:15 Sexy Back Style (members only) Miku		
21:00				21:00~21:45 Balance Aiko	21:00~21:45 Total Beauty Satoko		21:00~21:45 Basic Miku	

Surf Fit池袋店 Lesson Schedule

更新日2020/9/20

2020/10/25~2020/10/30

	10月25日(日)	10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)	10月31日(土)
7:00		定休日					
10:00							
11:00	10:30~11:15 Basic Miku		10:30~11:15 Halloween Night Surf Satoko	10:30~11:15 Beauty Waist Line Miku		10:30~11:30 Advance (members only) Satoko	10:30~11:15 Night surf mix in Beauty Lower Body Kana
13:00	12:00~12:45 Balance Miku		13:00~13:45 Glamorous Hip Miku	13:00~13:45 Halloween Night Surf Aiko		13:00~13:45 Basic Aiko	12:00~12:45 REGGAE MIX Satoko
	13:30~14:15 Halloween Night Surf Satoko						13:30~14:15 Electric Wave Aiko
18:00	15:00~15:45 Total Beauty Kana					17:30~18:15 Halloween Night Surf Aiko	15:00~15:45 Halloween Night Surf Satoko
19:00			19:30~20:15 Basic Miku	19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Satoko	19:00~19:45 Glamorous Hip Miku	19:30~20:15 Halloween Night Surf Aiko	
20:00							
21:00			21:00~21:45 Total Beauty Kana	21:00~21:45 Glamorous Hip Kana		20:30~21:15 Basic Kana	21:00~21:45 Beauty Waist Line Miku

【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 9:00~18:00)
 (日曜日/祝日 受付時間 9:00~18:00)
 ※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。