

SurfFit 池袋店 Lesson Schedule

更新日2021/7/20

2021/8/1~2021/8/15

	8月1日(日)	8月2日(月)	8月3日(火)	8月4日(水)	8月5日(木)	8月6日(金)	8月7日(土)	8月8日(日)												
10:30	10:30~11:15 腹筋CRUSHER Coming soon 15min 腹筋チャレンジ	定休日	10:30~11:15 Balance Ibuki	10:30~11:15 BASIC Hana		10:30~11:30 Advance (members only) New Music Miku	10:30~11:15 Curvy Body Miku	10:30~11:15 BASIC Hana												
12:00	12:15~13:00 Curvy Body Miku		12:00~12:45 BASIC Hana	13:00~13:45 Top Balance (members only) Aiko		12:15~13:00 Balance Ibuki	12:00~12:45 Glamorous Hip Ibuki	12:00~12:45 Sexy Back Style (members only) Aiko												
13:30	13:45~14:30 BASIC Hana		13:30~14:15 Glamorous Hip Ibuki				13:45~14:30 Beauty Waist Line Miku	13:30~14:15 BASIC Miku	13:30~14:15 Curvy Body Ibuki											
15:00	15:15~16:00 Circuit Shape Step (members only) Ibuki									15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Ibuki	15:00~15:45 Power Beat Camp Aiko									
17:00																				
18:00																18:00~18:45 腹筋CRUSHER Coming soon 15min 腹筋チャレンジ	18:00~18:45 Glamorous Hip Miku	17:30~18:15 Power Beat Camp Miku	18:00~18:45 Total Beauty Hana	17:30~18:15 Total Beauty Hana
19:30																19:45~20:30 Sexy Back Style (members only) Miku	19:30~20:15 Power Beat Camp Aiko	19:00~19:45 BASIC Ibuki	19:30~20:15 BASIC Ibuki	
21:00																21:15~22:00 Curvy Body Aiko	21:00~21:45 Beauty Waist Line Miku	20:30~21:15 Top Balance (members only) Aiko	21:00~21:45 腹筋CRUSHER Coming soon 15min 腹筋チャレンジ	

	8月9日(月)	8月10日(火)	8月11日(水)	8月12日(木)	8月13日(金)	8月14日(土)	8月15日(日)													
10:30	定休日	10:30~11:15 CORE Beginner Aiko	10:30~11:15 Total Beauty Hana		10:30~11:15 腹筋CRUSHER Coming soon 15min 腹筋チャレンジ	10:30~11:30 Advance (members only) New Music Miku	10:30~11:15 Curvy Body Ibuki													
12:00		12:00~12:45 Total Beauty Hana	13:00~13:45 Glamorous Hip Aiko		12:15~13:00 Power Beat Camp Miku	12:15~13:00 Balance Ibuki	12:00~12:45 Beauty Waist Line Aiko													
13:30		13:30~14:15 Circuit Shape Step (members only) Aiko					13:45~14:30 BASIC Hana	13:30~14:15 Total Beauty Hana												
15:00										15:15~16:00 BASIC Ibuki	15:00~15:45 Top Balance (members only) Aiko									
17:00																				
18:00																18:00~18:45 Curvy Body Miku	18:00~18:45 Balance Ibuki	17:30~18:15 Sexy Back Style (members only) Miku	18:00~18:45 Glamorous Hip Ibuki	17:30~18:15 SUN ENERGY YOGA Aiko
19:30																19:30~20:15 BASIC Hana	19:30~20:15 腹筋CRUSHER Coming soon 15min 腹筋チャレンジ	19:00~19:45 Curvy Body Ibuki	19:30~20:15 Sexy Back Style (members only) Miku	
21:00																21:00~21:45 Balance Miku	21:15~22:15 Advance (members only) New Music Miku	20:30~21:15 BASIC Hana	21:00~21:45 Balance Ibuki	

・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

SurfFit 池袋店 Lesson Schedule

更新日2021/7/20

2021/8/16～2021/8/31

	8月16日(月)	8月17日(火)	8月18日(水)	8月19日(木)	8月20日(金)	8月21日(土)	8月22日(日)	8月23日(月)
10:30	定休日	10:30～11:15 Top Balance (members only) Aiko	10:30～11:15 BASIC Ibuki		10:30～11:15 CORE Beginner Aiko	10:30～11:15 Sexy Back Style (members only) Miku	10:30～11:15 腹筋CRUSHER Coming soon	定休日
12:00		12:00～12:45 BASIC Ibuki	13:00～13:45 Sexy Back Style (members only) Aiko		12:00～13:00 Advance (members only) Miku	12:00～12:45 Power Beat Camp Aiko	12:15～13:00 Circuit Shape Step (members only) Ibuki	
13:30		13:30～14:15 Balance Aiko			13:45～14:30 腹筋CRUSHER Coming soon	13:30～14:15 Balance Ibuki	13:45～14:30 BASIC Hana	
15:00					15:00～15:45 Total Beauty Hana	15:15～16:00 Curvy Body Ibuki		
17:00			17:30～18:15 Power Beat Camp Miku		17:30～18:15 Glamorous Hip Ibuki			
18:00		18:00～18:45 Beauty Waist Line Miku	18:00～18:45 Glamorous Hip Miku		19:00～19:45 腹筋CRUSHER Coming soon	18:00～18:45 BASIC Hana		
19:30		19:30～20:15 Curvy Body Ibuki	19:30～20:15 Beauty Waist Line Aiko		20:45～21:30 Top Balance (members only) Aiko	19:30～20:15 Curvy Body Ibuki		
21:00		21:00～21:45 Power Beat Camp Miku	21:00～21:45 SUN ENERGY YOGA Miku		21:00～21:45 Total Beauty Hana			

	8月24日(火)	8月25日(水)	8月26日(木)	8月27日(金)	8月28日(土)	8月29日(日)	8月30日(月)	8月31日(火)
10:30	10:30～11:15 BASIC Ibuki	10:30～11:15 Total Beauty Hana		10:30～11:15 Glamorous Hip Miku	10:30～11:15 BASIC Hana	10:30～11:15 Balance Miku	定休日	10:30～11:15 腹筋CRUSHER Coming soon
12:00	12:00～12:45 腹筋CRUSHER Coming soon	13:00～13:45 Beauty Waist Line Miku		12:00～12:45 Total Beauty Hana	12:00～12:45 SUN ENERGY YOGA Aiko	12:00～12:45 Glamorous Hip Ibuki		12:15～13:00 Balance Ibuki
13:30	13:45～14:30 Curvy Body Ibuki			13:30～14:15 Power Beat Camp Miku	13:30～14:15 Glamorous Hip Ibuki	13:30～14:30 Advance (members only) Miku		13:45～14:30 BASIC Hana
15:00				15:00～15:45 Circuit Shape Step (members only) Aiko	15:15～16:00 BASIC Ibuki			
17:00		17:30～18:15 Beauty Waist Line Miku		17:30～18:15 Balance Ibuki				
18:00	18:00～18:45 Glamorous Hip Aiko	18:00～18:45 BASIC Ibuki		19:00～19:45 Top Balance (members only) Aiko	18:00～18:45 Sexy Back Style (members only) Aiko			18:00～18:45 Beauty Waist Line Miku
19:30	19:30～20:30 Advance (members only) Miku	19:30～20:15 Power Beat Camp Miku		20:30～21:15 Curvy Body Ibuki	19:30～20:15 BASIC Hana			19:30～20:15 Curvy Body Aiko
21:00	21:15～22:00 CORE Beginner Aiko	21:00～21:45 Balance Ibuki		21:00～21:45 Beauty Waist Line Aiko	21:00～21:45 Beauty Waist Line Aiko	21:00～21:45 Sexy Back Style (members only) 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

(受付時間 9:00～18:00)