

# SurfFit 銀座本店 Lesson Schedule

更新日2021/12/20

## 2022/1/1~2022/1/15

	1月1日(土)	1月2日(日)	1月3日(月)	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)	1月8日(土)
10:30	休業日	休業日	定休日		10:30~11:15 Total Beauty Kou		10:30~11:15 Power Beat Camp Kou	10:30~11:15 Curvy Body Kou
12:00					13:00~13:45 Curvy Body Kou		12:00~12:45 Balance Reina	12:00~12:45 Sexy Back Style (members only) Rina
13:30				13:30~14:15 Glamorous Hip Nanami	13:30~14:15 Glamorous Hip Kou		13:30~14:15 Total Beauty Kou	
15:00				15:00~15:45 Step to Burn coming soon			15:00~15:45 Beauty Waist Line Rina	
17:00				16:30~17:15 Power Beat Camp Nanami			17:30~18:15 Balance Reina	17:30~18:15 Glamorous Hip Kou
18:00					18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Rina		18:00~18:45 Curvy Body Rina	
19:30					19:30~20:15 BASIC Reina		19:00~20:00 Advance (members only) Kou	19:30~20:15 BASIC Reina
21:00					21:00~21:45 Beauty Waist Line Rina		20:45~21:30 BASIC Reina	21:00~21:45 Sexy Back Style (members only) Rina

	1月9日(日)	1月10日(月)	1月11日(火)	1月12日(水)	1月13日(木)	1月14日(金)	1月15日(土)	
10:30	10:30~11:15 Step to Burn coming soon	定休日	10:30~11:15 CORE Beginner Rina	10:30~11:15 Power Beat Camp Kou		10:30~11:15 BASIC Reina	10:30~11:15 Beauty Waist Line Rina	
12:00	12:00~12:45 BASIC Reina		12:00~12:45 BASIC Reina	13:00~13:45 Glamorous Hip Kou		12:00~12:45 Sexy Back Style (members only) Kou	12:00~12:45 Step to Burn coming soon	
13:30	13:30~14:15 Top Balance (members only) Rina		13:30~14:15 Beauty Waist Line Rina			13:30~14:15 Balance Reina	13:30~14:15 BASIC Reina	
15:00	15:00~15:45 Balance Reina					17:30~18:15 Top Balance (members only) Nanami	15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Rina	
17:00						19:00~19:45 Curvy Body Kou	17:30~18:15 Curvy Body Nanami	
18:00				18:00~19:00 Advance (members only) Nanami		18:00~18:45 BASIC Reina	18:00~18:45 Beauty Waist Line Rina	
19:30				19:45~20:30 Power Beat Camp Kou		19:30~20:15 Sexy Back Style (members only) Nanami	19:30~20:15 Glamorous Hip Kou	
21:00				21:15~22:00 Total Beauty Nanami		21:00~21:45 Balance Reina	20:30~21:15 Step to Burn coming soon	21:00~21:45 Circuit Shape Step (members only) Rina

- ・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 銀座本店 Lesson Schedule

更新日2021/12/20

## 2022/1/16~2022/1/31

	1月16日(日)	1月17日(月)	1月18日(火)	1月19日(水)	1月20日(木)	1月21日(金)	1月22日(土)	1月23日(日)
10:30	10:30~11:30 Advance (members only) Nanami	定休日	10:30~11:15 Glamorous Hip Kou	10:30~11:15 Balance Reina		10:30~11:15 Step to Burn coming soon	10:30~11:15 Glamorous Hip Nanami	10:30~11:15 CORE Beginner Nanami
12:00	12:15~13:00 Total Beauty Kou		12:00~12:45 Beauty Waist Line Rina	13:00~13:45 BASIC Reina		12:00~12:45 Power Beat Camp Kou	12:00~13:00 Advance (members only) Kou	12:00~12:45 Glamorous Hip Kou
13:30	13:45~14:30 Curvy Body Rina		13:30~14:15 Curvy Body Kou			13:30~14:15 Top Balance (members only) Rina	13:45~14:30 Balance Rina	13:30~14:15 BASIC Reina
15:00	15:15~16:00 SUN ENERGY YOGA Nanami							15:00~15:45 Top Balance (members only) Rina
17:00						17:30~18:15 Total Beauty coming soon		17:30~18:15 BASIC Reina
18:00				18:00~18:45 BASIC Reina	18:00~18:45 Power Beat Camp Nanami		18:00~18:45 BASIC Nanami	
19:30				19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Rina	19:30~20:15 Beauty Waist Line Rina	19:00~19:45 Sexy Back Style (members only) Kou	19:30~20:15 Curvy Body Kou	
21:00				21:00~21:45 Step to Burn coming soon	21:00~22:00 Advance (members only) Kou	20:30~21:15 Curvy Body Rina	21:00~21:45 Total Beauty Nanami	

	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)	1月29日(土)	1月30日(日)	1月31日(月)
10:30		10:30~11:15 Beauty Waist Line Rina	10:30~11:15 Curvy Body Nanami		10:30~11:15 Total Beauty Kou	10:30~11:15 Step to Burn coming soon	10:30~11:15 BASIC Reina	定休日
12:00		12:00~12:45 Step to Burn coming soon	13:00~13:45 Total Beauty Nanami		12:00~12:45 BASIC Reina	12:00~12:45 Curvy Body Kou	12:00~12:45 Power Beat Camp Nanami	
13:30		13:30~14:15 Total Beauty coming soon			13:30~14:15 Power Beat Camp Kou	13:30~14:15 Top Balance (members only) Nanami	13:30~14:15 Glamorous Hip Kou	
15:00	定休日					15:00~15:45 BASIC Reina	15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Rina	
17:00						17:30~18:15 Balance Reina		
18:00			18:00~18:45 Sexy Back Style (members only) Nanami	18:00~18:45 Balance Reina	17:30~18:15 Beauty Waist Line Rina	18:00~19:00 Advance (members only) Nanami		
19:30			19:30~20:15 BASIC Reina	19:30~20:15 Glamorous Hip Kou	19:00~19:45 SUN ENERGY YOGA coming soon	19:45~20:30 Step to Burn coming soon		
21:00			21:00~21:45 Balance Reina	21:00~21:45 Sexy Back Style (members only) Kou	20:30~21:15 Top Balance (members only) Rina	21:15~22:00 Balance Nanami		

【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)