

# SurfFit 渋谷店 Lesson Schedule

更新日2022/5/20

## 2022/6/1~2022/6/15

|       | 6月1日(水)   | 6月2日(木)  | 6月3日(金)   | 6月4日(土)   | 6月5日(日)                               | 6月6日(月) | 6月7日(火)   | 6月8日(水)  |
|-------|---|--|---|---|---------------------------------------|---------|---|--|
| 10:30 | 10:30~11:30<br>Advance<br>(members only)<br>Ayuka |  | 10:30~11:15<br>Power Beat Camp<br>Ayuka             | 10:30~11:15<br>Glamorous Hip<br>Ibuki                       | 10:30~11:15<br>Waist<br>Hana          | 定休日     | 10:30~11:15<br>Beauty Body<br>Hana                | 10:30~11:15<br>Pre SURF<br>Hana                    |
| 12:00 |   |  | 12:00~12:45<br>Waist&Hip<br>Mizuki                  | 12:00~12:45<br>Surf Yoga<br>Mizuki                          | 12:00~12:45<br>Step to Burn<br>Ibuki  |         | 12:00~12:45<br>Balance<br>Mizuki                  | 12:00~12:45<br>Back&Arm<br>(members only)<br>Ibuki |
| 13:30 | 13:00~13:45<br>Step to Burn<br>Ibuki              |  | 13:30~14:15<br>Basic<br>Toki                        | 13:30~14:15<br>Circuit Shape Step<br>(members only)<br>Hana | 13:30~14:15<br>Waist&Hip<br>Mizuki    |         | 13:30~14:15<br>Surf Pilates<br>Mizuki             | レッスン時間一部変更あり                                       |
| 15:00 |   |  |   | 15:00~15:45<br>Waist&Hip<br>Ibuki                           | 15:00~15:45<br>Glamorous Hip<br>Ibuki |         |   |  |
| 17:00 |   | 17:30~18:15<br>Beauty Body<br>Hana                         |   | 17:30~18:15<br>Power Beat Camp<br>Mizuki                    |                                       |         |   |  |
| 18:00 | 18:00~18:45<br>Waist<br>Hana                      | 19:00~19:45<br>Basic<br>Toki                               | 18:00~18:45<br>Glamorous Hip<br>Ibuki               |   |                                       |         | 18:00~19:00<br>Advance<br>(members only)<br>Ibuki | 18:00~18:45<br>Balance<br>Ayuka                    |
| 19:30 | 19:30~20:15<br>Balance<br>Ibuki                   | 20:30~21:15<br>Balance Advance<br>(members only)<br>Mizuki | 19:30~20:15<br>Back&Arm<br>(members only)<br>Mizuki |   |                                       |         | 19:45~20:30<br>Basic<br>Toki                      | 19:30~20:15<br>Waist&Hip<br>Mizuki                 |
| 21:00 | 21:00~21:45<br>Power Beat Camp<br>Hana            |  | 21:00~21:45<br>Pre SURF<br>Hana                     |   |                                       |         | 21:15~22:00<br>Waist<br>Ayuka                     | 21:00~21:45<br>Beauty Body<br>Ayuka                |

|       | 6月9日(木)                               | 6月10日(金)  | 6月11日(土)  | 6月12日(日)  | 6月13日(月) | 6月14日(火)  | 6月15日(水)  |
|-------|---------------------------------------|---|---|---|----------|---|---|
| 10:30 |                                       | 10:30~11:15<br>Basic<br>Toki                                  | 10:30~11:30<br>Advance<br>(members only)<br>Ayuka | 10:30~11:15<br>Balance<br>Mizuki                          | 定休日      | 10:30~11:15<br>Back&Arm<br>(members only)<br>Mizuki | 10:30~11:15<br>Balance<br>Ibuki                     |
| 12:00 |                                       | 12:00~12:45<br>Step to Burn<br>Ayuka                          | 12:15~13:00<br>Waist&Hip<br>Ibuki                 | 12:00~12:45<br>Pre SURF<br>Hana                           |          | 12:00~12:45<br>Glamorous Hip<br>Ayuka               | 13:00~13:45<br>Power Beat Camp<br>Rio               |
| 13:30 |                                       | 13:30~14:15<br>Waist<br>Ayuka                                 | 13:45~14:30<br>Power Beat Camp<br>Hana            | 13:30~14:15<br>Step to Burn<br>Ibuki                      |          | 13:30~14:15<br>Waist&Hip<br>Mizuki                  |   |
| 15:00 |                                       |   | 15:15~16:00<br>Basic<br>Toki                      | 15:00~15:45<br>Balance Advance<br>(members only)<br>Ayuka |          |   |   |
| 17:00 |                                       |   | 17:30~18:15<br>Beauty Body<br>Hana                |   |          |   |   |
| 18:00 | 17:30~18:15<br>Glamorous Hip<br>Ayuka | 18:00~18:45<br>Balance<br>Mizuki                              |   |   |          | 18:00~18:45<br>Basic<br>Toki                        | 18:00~18:45<br>Surf Pilates<br>Hana                 |
| 19:30 | 19:00~19:45<br>Pre SURF<br>Ibuki      | 19:30~20:15<br>Beauty Body<br>Hana                            |   |   |          | 19:30~20:15<br>Power Beat Camp<br>Hana              | 19:30~20:15<br>Step to Burn<br>Ayuka                |
| 21:00 | 20:30~21:15<br>Waist<br>Hana          | 21:00~21:45<br>Circuit Shape Step<br>(members only)<br>Mizuki |   |   |          | 21:00~22:00<br>Advance<br>(members only)<br>Ibuki   | 21:00~21:45<br>Back&Arm<br>(members only)<br>Mizuki |

・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 渋谷店 Lesson Schedule

更新日2022/5/20

## 2022/6/16~2022/6/30

|       | 6月16日(木)   | 6月17日(金)  | 6月18日(土)  | 6月19日(日)  | 6月20日(月) | 6月21日(火)                                | 6月22日(水)   | 6月23日(木)  |  |
|-------|--|---|---|---|----------|---|--|---|--|
| 10:30 |  | 10:30~11:15<br>Balance Advance<br>(members only)<br>Ayuka | 10:30~11:15<br>Power Beat Camp<br>Hana                    | 10:30~11:15<br>Step to Burn<br>Ayuka                        | 定休日      | 10:30~11:15<br>Waist<br>Hana            | 10:30~11:15<br>Beauty Body<br>Ayuka                        |   |  |
| 12:00 |  | 12:00~12:45<br>Beauty Body<br>Mizuki                      | 12:00~12:45<br>Surf Yoga<br>Mizuki                        | 12:00~12:45<br>Pre SURF<br>Hana                             |          | 12:00~12:45<br>Waist&Hip<br>Mizuki      |  | 13:00~13:45<br>Back&Arm<br>(members only)<br>NewMusic<br>Mizuki |  |
| 13:30 |  | 13:30~14:15<br>Glamorous Hip<br>Ayuka                     | 13:30~14:15<br>Step to Burn<br>Ayuka                      | 13:30~14:15<br>Waist&Hip<br>Mizuki                          |          | 13:30~14:15<br>Surf Pilates<br>Hana     |  |   |  |
| 15:00 |  |   | 15:00~15:45<br>Balance<br>Mizuki                          | 15:00~15:45<br>Circuit Shape Step<br>(members only)<br>Hana |          |   |  |   |  |
| 17:00 |  |   |   |   |          |   |  |   |  |
|       | 17:30~18:15<br>Basic<br>Toki                                   |   | 17:30~18:15<br>Balance Advance<br>(members only)<br>Ayuka |   |          |   |  |   | 17:30~18:15<br>Waist&Hip<br>Ibuki                          |
| 18:00 |  | 18:00~18:45<br>Waist<br>Hana                              |   |   |          |   | 18:00~18:45<br>Step to Burn<br>Ibuki                       | 18:00~18:45<br>Glamorous Hip<br>Ibuki                           |  |
|       | 19:00~19:45<br>Balance<br>Mizuki                               |   |   |   |          |   |  |   | 19:00~19:45<br>Circuit Shape Step<br>(members only)<br>Rio |
| 19:30 |  | 19:30~20:15<br>Basic<br>Toki                              |   |   |          |   | 19:30~20:15<br>Balance Advance<br>(members only)<br>Mizuki | 19:30~20:15<br>Waist<br>Hana                                    | 20:30~21:15<br>Beauty Body<br>Hana                         |
|       | 20:30~21:15<br>Back&Arm<br>(members only)<br>NewMusic<br>Ibuki |   |   |   |          |   |  |   |  |
| 21:00 |  | 21:00~21:45<br>Pre SURF<br>Hana                           |   |   |          | 21:00~21:45<br>Power Beat Camp<br>Ayuka | 21:00~22:00<br>Advance<br>(members only)<br>Ibuki          |   |  |

|       | 6月24日(金)  | 6月25日(土)   | 6月26日(日)  | 6月27日(月) | 6月28日(火)   | 6月29日(水)                              | 6月30日(木)  |   |
|-------|---|--|---|----------|--|---------------------------------------|---|---|
| 10:30 | 10:30~11:15<br>Beauty Body<br>Hana                              | 10:30~11:15<br>Basic<br>Toki                                   | 10:30~11:15<br>Waist&Hip<br>Ibuki                 | 定休日      | 10:30~11:15<br>Waist<br>Hana                                 | 10:30~11:15<br>Step to Burn<br>Ibuki  |   |   |
| 12:00 | 12:00~12:45<br>Basic<br>Toki                                    | 12:00~12:45<br>Glamorous Hip<br>Ayuka                          | 12:00~13:00<br>Advance<br>(members only)<br>Ayuka |          | 12:00~12:45<br>Circuit Shape Step<br>(members only)<br>Ayuka |                                       | 13:00~13:45<br>Balance Advance<br>(members only)<br>Mizuki  |   |
| 13:30 | 13:30~14:15<br>Power Beat Camp<br>Hana                          | 13:30~14:15<br>Back&Arm<br>(members only)<br>NewMusic<br>Ibuki | 13:45~14:30<br>Balance<br>Mizuki                  |          | 13:30~14:15<br>Pre SURF<br>Hana                              |                                       |   |   |
| 15:00 |   | 15:00~15:45<br>Waist&Hip<br>Mizuki                             | 15:15~16:00<br>Beauty Body<br>Hana                |          |  |                                       |   |   |
| 17:00 |   |  |   |          |  |                                       |   | 17:30~18:15<br>Glamorous Hip<br>Ayuka             |
| 18:00 | 18:00~18:45<br>Step to Burn<br>Ayuka                            |  |   |          |  | 18:00~18:45<br>Waist&Hip<br>Mizuki    | 18:00~18:45<br>Circuit Shape Step<br>(members only)<br>Hana | 19:00~19:45<br>Waist<br>Hana                      |
| 19:30 | 19:30~20:15<br>Back&Arm<br>(members only)<br>NewMusic<br>Mizuki |  |   |          |  | 19:30~20:15<br>Glamorous Hip<br>Ibuki | 19:30~20:15<br>Basic<br>Toki                                | 20:30~21:30<br>Advance<br>(members only)<br>Ayuka |
|       | 21:00~21:45<br>Surf Yoga<br>Mizuki                              |  |   |          |  | 21:00~21:45<br>Balance<br>Comingssoon | 21:00~21:45<br>Power Beat Camp<br>Rio                       |   |

【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)