

# SurfFit 銀座本店 Lesson Schedule

更新日2022/6/20

## 2022/7/1~2022/7/15

	7月1日(金)	7月2日(土)	7月3日(日)	7月4日(月)	7月5日(火)	7月6日(水)	7月7日(木)	7月8日(金)
10:30	10:30~11:15 Waist&Hip Rina	10:30~11:15 Surf Pilates Rina	10:30~11:15 Back&Arm (members only) New Music Hazuki	定休日	10:30~11:15 Waist Hazuki	10:30~11:15 Pre SURF Hazuki		10:30~11:15 Surf Yoga Hazuki
12:00	12:00~12:45 Balance Reina	12:00~12:45 Pre SURF Hazuki	12:00~12:45 BASIC Miku.A		12:00~12:45 Waist&Hip Hazuki	13:00~13:45 Waist&Hip Rina		12:00~12:45 Glamorous Hip Reina
13:30	13:30~14:15 Beauty Body Rio	13:30~14:15 Circuit Shape Step (members only) Rina	13:30~14:15 Power Beat Camp Nanami		13:30~14:15 BASIC Miku.A			13:30~14:15 Step to Burn Hazuki
15:00		15:00~15:45 Power Beat Camp Nanami	15:00~15:45 Balance Advance (members only) Rina					
17:00								17:30~18:15 Waist Hazuki
18:00	18:00~19:00 Advance (members only) Rio				18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Rina	18:00~18:45 BASIC Reina		18:00~18:45 Back&Arm (members only) New Music Nanami
19:30	19:45~20:30 BASIC Miku.A				19:30~20:15 Glamorous Hip Reina	19:30~20:15 Balance Reina	19:00~20:00 Advance (members only) Nanami	19:30~20:15 Waist&Hip Rina
21:00	21:15~22:00 Pre SURF Nanami				21:00~21:45 Step to Burn Rina	21:00~21:45 Back&Arm (members only) New Music Hazuki	20:45~21:30 Glamorous Hip Reina	21:00~21:45 Power Beat Camp Nanami

	7月9日(土)	7月10日(日)	7月11日(月)	7月12日(火)	7月13日(水)	7月14日(木)	7月15日(金)	
10:30	10:30~11:15 Power Beat Camp Nanami	10:30~11:15 Balance Reina	定休日	10:30~11:15 Beauty Body Nanami	10:30~11:15 BASIC Miku.A		10:30~11:15 Surf Pilates Rina	
12:00	12:00~12:45 Step to Burn Hazuki	12:00~13:00 Advance (members only) Nanami		12:00~12:45 BASIC Miku.A	13:00~13:45 Power Beat Camp Nanami		12:00~12:45 Pre SURF Hazuki	
13:30	13:30~14:15 Balance Advance (members only) Rina	13:45~14:30 BASIC Miku.A		13:30~14:15 Back&Arm (members only) New Music Nanami			13:30~14:15 Circuit Shape Step (members only) Rio	
15:00	15:00~15:45 Beauty Body Nanami	15:15~16:00 Pre SURF Rina						
17:00							17:30~18:15 Waist&Hip Chihiro	
18:00					18:00~18:45 Glamorous Hip Reina	18:00~18:45 Step to Burn Hazuki	19:00~19:45 Power Beat Camp Nanami	18:00~18:45 Back&Arm (members only) New Music Hazuki
19:30					19:30~20:15 Waist&Hip Nanami	19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Rina	20:30~21:15 Balance Advance (members only) Rina	19:30~20:15 Glamorous Hip Reina
21:00					21:00~21:45 Balance Reina	21:00~21:45 Waist Hazuki		21:00~21:45 Balance Reina

- ・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

## 2022/7/16~2022/7/31

更新日2022/6/20

	7月16日(土)	7月17日(日)	7月18日(月)	7月19日(火)	7月20日(水)	7月21日(木)	7月22日(金)	7月23日(土)							
10:30	10:30~11:30 Advance (members only) New Music Nanami	10:30~11:15 BASIC Miku.A	定休日	10:30~11:15 Step to Burn Rina	10:30~11:15 Power Beat Camp Nanami	17:30~18:15 Power Beat Camp Nanami	10:30~11:15 Pre SURF Rina	10:30~11:15 Waist Hazuki							
12:00	12:15~13:00 Balance Reina	12:00~12:45 Power Beat Camp Nanami		12:00~12:45 Pre SURF Hazuki	13:00~13:45 Balance Advance (members only) Nanami		12:00~12:45 Step to Burn Rina	12:00~12:45 Step to Burn Rina	12:00~12:45 Balance Advance (members only) Rina						
13:30	13:45~14:30 Step to Burn Nanami	13:30~14:15 Circuit Shape Step (members only) Rina		13:30~14:15 Beauty Body Rina	18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Rina		19:00~19:45 Step to Burn Rina	13:30~14:15 Glamorous Hip Reina	13:30~14:15 Pre SURF Hazuki						
15:00	15:15~16:00 BASIC Miku.A	15:00~15:45 Waist&Hip Nanami		15:00~15:45 Waist Hazuki				19:30~20:15 Balance Advance (members only) Nanami	20:30~21:30 Advance (members only) New Music Nanami	15:00~15:45 Step to Burn Rina	15:00~15:45 Step to Burn Rina				
17:00	17:30~18:15 Pre SURF Hazuki	定休日								18:00~18:45 Surf Yoga Nanami	18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Rina	18:00~18:45 BASIC Miku.A	17:30~18:15 Surf Yoga Hazuki	17:30~18:15 Surf Yoga Hazuki	
18:00	19:30									19:30~20:15 Balance Advance (members only) Nanami	19:30~20:15 Waist Hazuki	19:30~20:15 Back&Arm (members only) Hazuki	19:30~20:15 Back&Arm (members only) Hazuki	19:30~20:15 Back&Arm (members only) Hazuki	19:30~20:15 Back&Arm (members only) Hazuki
19:30										21:00~21:45 Glamorous Hip Reina	21:00~21:45 Beauty Body Nanami	21:00~21:45 Waist Hazuki	21:00~21:45 Waist Hazuki	21:00~21:45 Waist Hazuki	21:00~21:45 Waist Hazuki

	7月24日(日)	7月25日(月)	7月26日(火)	7月27日(水)	7月28日(木)	7月29日(金)	7月30日(土)	7月31日(日)							
10:30	10:30~11:15 Pre SURF Hazuki	定休日	休業日	10:30~11:15 Beauty Body Rina	17:30~18:15 Back&Arm (members only) Hazuki	10:30~11:15 Waist&Hip Hazuki	10:30~11:15 Balance Comingsoon	10:30~11:15 Power Beat Camp Nanami							
12:00	12:00~12:45 Balance Comingsoon			13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) Rio		12:00~12:45 Balance Advance (members only) Rina	12:00~12:45 Surf Pilates Rina	12:00~12:45 Pre SURF Rina	12:00~12:45 Pre SURF Rina						
13:30	13:30~14:15 Back&Arm (members only) Hazuki			15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Rina		18:00~18:45 Power Beat Camp Nanami	19:00~19:45 BASIC Miku.A	19:30~20:15 Balance Reina	13:30~14:15 Beauty Body Hazuki	13:30~14:15 BASIC Miku.A	13:30~14:30 Advance (members only) Nanami				
15:00	15:00~15:45 BASIC Reina								15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Rina	15:15~16:00 Beauty Body Hazuki	15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Rina	15:15~16:00 Beauty Body Hazuki	15:15~16:00 Beauty Body Hazuki		
17:00	19:30								21:00~22:00 Advance (members only) New Music Nanami	18:00~18:45 Power Beat Camp Nanami	18:00~18:45 Pre SURF Rina	18:00~18:45 Pre SURF Rina	17:30~18:15 Glamorous Hip Reina	17:30~18:15 Glamorous Hip Reina	
18:00										19:30~20:15 Pre SURF Hazuki	19:30~20:15 BASIC Miku.A	19:30~20:15 Balance Reina	19:30~20:15 Balance Reina	19:30~20:15 Balance Reina	19:30~20:15 Balance Reina
19:30										21:00~21:45 Step to Burn Rina	20:30~21:15 Waist Hazuki	21:00~21:45 Step to Burn Rina	21:00~21:45 Step to Burn Rina	21:00~21:45 Step to Burn Rina	21:00~21:45 Step to Burn Rina

【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)