

SurfFit 銀座本店 Lesson Schedule

更新日2022/9/20

2022/10/1~2022/10/15

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

	10月9日(日)	10月10日(月)	10月11日(火)	10月12日(水)	10月13日(木)	10月14日(金)	10月15日(土)
10:30	10:30~11:15 Waist New Music Rina	定休日	10:30~11:15 Beauty Body Miku.A	10:30~11:15 Power Beat Camp Nanami		10:30~11:15 Surf Yoga Nanami	10:30~11:15 Step to Burn Hazuki
12:00	12:00~12:45 Surfers High (members only) Hazuki		12:00~12:45 Glamorous Hip Hazuki	13:00~13:45 Night surf mix(BLB) comingsoon		12:00~12:45 Pre SURF Hazuki	12:00~12:45 Waist&Hip Rina
13:30	13:30~14:15 BASIC Miku.A		13:30~14:15 Back&Arm (members only) Hazuki	13:30~14:15 Power Beat Camp Nanami		13:30~14:15 Balance Miku.A	13:30~14:15 Balance Miku.A
15:00	15:00~15:45 Waist&Hip Rina		15:00~15:45 Waist New Music Hazuki	15:00~15:45 Waist New Music Hazuki		15:00~15:45 Waist New Music Hazuki	15:00~15:45 Pre SURF Hazuki
17:00			17:30~18:15 Balance Advance (members only) Nanami	17:30~18:15 Balance Advance (members only) Nanami		17:30~18:15 Balance Advance (members only) Nanami	17:30~18:15 Circuit Shape Step (members only) Rina
18:00			18:00~18:45 Night surf mix(BLB) comingsoon	18:00~18:45 Back&Arm (members only) Hazuki		19:00~19:45 Waist Rina	18:00~18:45 Beauty Body Miku.A
19:30			19:30~20:15 Balance Miku.A	19:30~20:15 BASIC Miku.A		20:30~21:15 Step to Burn Nanami	19:30~20:15 Back&Arm (members only) Hazuki
21:00			21:00~22:00 Advance (members only) Nanami	21:00~21:45 Pre SURF Hazuki		21:00~21:45 BASIC Miku.A	21:00~21:45 BASIC Miku.A

- ・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2022/9/20

2022/10/16~2022/10/31

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

	10月24日(月)	10月25日(火)	10月26日(水)	10月27日(木)	10月28日(金)	10月29日(土)	10月30日(日)	10月31日(月)
10:30	定休日	10:30~11:15 Glamorous Hip Hazuki	10:30~11:15 Night surf mix(BLB) comingsoon		10:30~11:15 BASIC Miku.A	10:30~11:15 Power Beat Camp comingsoon	10:30~11:15 Night surf mix(BLB) comingsoon	定休日
12:00		12:00~12:45 Waist Rina	13:00~13:45 BASIC Miku.A		12:00~12:45 Back&Arm (members only) Hazuki	12:00~12:45 Pre SURF Rina	12:00~12:45 BASIC Miku.A	
13:30		13:30~14:15 Surfers High (members only) Hazuki	13:30~14:15 Balance Miku.A		13:30~14:15 Balance Miku.A	13:30~14:15 Advance (members only) Nanami	13:30~14:15 Waist&Hip Hazuki	
15:00		15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Rina	15:15~16:00 Step to Burn Rina		17:30~18:30 Advance (members only) Nanami	15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Rina		
17:00		17:30~18:15 Surf Yoga Nanami	18:00~18:45 Balance Advance (members only) Rina		18:00~18:45 Power Beat Camp Nanami	18:00~18:45 Waist Hazuki		
18:00		19:30~20:15 Pre SURF Rina	19:30~20:15 Beauty Body Miku.A		19:15~20:00 Balance Miku.A	19:30~20:15 Balance Advance (members only) Rina		
19:30		21:00~21:45 Beauty Body Miku.A	21:00~21:45 Back&Arm (members only) Nanami		20:45~21:30 Pre SURF Nanami	21:00~21:45 Glamorous Hip Hazuki		
21:00								

【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)