

# SurfFit 銀座店 Lesson Schedule

更新日2022/10/20

## 2022/11/1~2022/11/15

	11月1日(火)	11月2日(水)	11月3日(木)	11月4日(金)	11月5日(土)	11月6日(日)	11月7日(月)	11月8日(火)
10:30	10:30~11:15 Waist Hazuki	10:30~11:15 Waist&Hip Hazuki	10:30~11:15 Back&Arm (members only) Nanami	10:30~11:15 Surf Pilates Nanami	10:30~11:15 Pre SURF Nanami	10:30~11:15 Waist&Hip Hazuki	定休日	10:30~11:15 BASIC Miku.A
12:00	12:00~12:45 BASIC Miku.A	13:00~13:45 Balance Miku.A	12:00~12:45 Waist Rio	12:00~12:45 Power Beat Camp Rio	12:00~12:45 Back&Arm (members only) Hazuki	12:00~12:45 Balance Miku.A		12:00~12:45 Beauty Body Miku.A
13:30	13:30~14:15 Glamorous Hip Hazuki	13:00~13:45 Balance Miku.A	13:30~14:30 Advance (members only) Rio	13:30~14:15 Pre SURF Nanami	13:30~14:15 Glamorous Hip Nanami	13:30~14:15 Surfers High (members only) Hazuki		13:30~14:15 Step to Burn Hazuki
15:00			15:15~16:00 Pre SURF Nanami		15:00~15:45 Balance Advance (members only) Nanami	15:00~15:45 BASIC Miku.A		
17:00		17:30~18:15 Power Beat Camp Rio	17:30~18:15 Step to Burn Hazuki					
18:00	18:00~18:45 Balance Advance (members only) Nanami	18:00~18:45 Step to Burn Nanami		18:00~18:45 Glamorous Hip Hazuki				18:00~18:45 Surf Yoga Nanami
19:30	19:30~20:15 Balance Miku.A	19:30~20:15 Surfers High (members only) Hazuki		19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Rio				19:30~20:15 Glamorous Hip Hazuki
21:00	21:00~21:45 Power Beat Camp Nanami	21:00~21:45 Pre SURF Nanami	21:00~21:45 Waist&Hip Hazuki	21:00~21:45 Waist&Hip Hazuki	21:00~22:00 Advance (members only) Nanami			

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

- ・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 銀座店 Lesson Schedule

更新日2022/10/20

## 2022/11/16~2022/11/30

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

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

【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)