

SurfFit 渋谷店 Lesson Schedule

更新日2022/11/20

2022/12/1~2022/12/15

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

	12月9日(金)	12月10日(土)	12月11日(日)	12月12日(月)	12月13日(火)	12月14日(水)	12月15日(木)
10:30	10:30~11:15 Surfers High (members only) Ayuka	10:30~11:15 Step to Burn Wakana	10:30~11:15 Basic Toki	定休日	10:30~11:15 Waist Ayuka	10:30~11:30 Advance (members only) Ayuka	
12:00	12:00~12:45 Pre SURF Mizuki	12:00~12:45 Pre SURF Wakana	12:00~12:45 Balance Advance (members only) Ayuka		12:00~12:45 Power Beat Camp Ayuka	13:00~13:45 Surf Yoga Mizuki	
13:30	13:30~14:15 Beauty Body Ayuka	13:30~14:15 Balance Toki	13:30~14:15 Glamorous Hip Toki		13:30~14:15 Surfers High (members only) Mizuki		
15:00		15:00~15:45 Back&Arm (members only) Wakana	15:00~15:45 Waist&Hip Ayuka				
17:00							
		17:30~18:15 Glamorous Hip Toki				17:30~18:15 Waist Aiko	
18:00	18:00~18:45 Step to Burn Mizuki				18:00~18:45 Basic Toki	18:00~18:45 Back&Arm (members only) Rio	19:00~19:45 Waist&Hip Christmas Ver Mizuki
							20:30~21:15 Balance Advance (members only) Aiko
19:30	19:30~20:15 Back&Arm (members only) Mizuki				19:30~20:15 Beauty Body Rio	19:30~20:15 Pre SURF Mizuki	
21:00	21:00~21:45 Balance Toki				21:00~22:00 Advance (members only) Rio	21:00~21:45 Power Beat Camp Rio	

・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2022/11/20

2022/12/16～2022/12/31

	12月16日(金)	12月17日(土)	12月18日(日)	12月19日(月)	12月20日(火)	12月21日(水)	12月22日(木)	12月23日(金)
10:30	10:30～11:15 Balance Toki	10:30～11:15 Power Beat Camp Ayuka	10:30～11:15 Step to Burn Mizuki	定休日	10:30～11:15 Power Beat Camp Mizuki	10:30～11:15 Circuit Shape Step (members only) New Music Chihiro		10:30～11:15 Beauty Body Ayuka
12:00	12:00～12:45 Glamorous Hip Toki	12:00～12:45 Back&Arm (members only) Mizuki	12:00～12:45 Basic Toki		12:00～12:45 Basic Toki	13:00～13:45 Glamorous Hip Ayuka		12:00～12:45 Balance Advance (members only) Ayuka
13:30	13:30～14:15 Basic Mizuki	13:30～14:15 Waist&Hip Christmas Ver Ayuka	13:30～14:15 Surf Yoga Mizuki		13:30～14:30 Advance (members only) Mizuki			13:30～14:15 Waist Ayuka
15:00		15:00～15:45 Pre SURF Mizuki	15:00～15:45 Surfers High (members only) Ayuka					
17:00		17:30～18:15 Beauty Body Mizuki					17:30～18:30 Advance (members only) Rio	
18:00	18:00～18:45 Waist Ayuka				18:00～18:45 Beauty Body Ayuka	18:00～18:45 Balance Advance (members only) Mizuki		18:00～18:45 Power Beat Camp Rio
19:30	19:30～20:15 Circuit Shape Step (members only) New Music Ayuka				19:30～20:15 Glamorous Hip Toki	19:30～20:15 Waist Ayuka	19:15～20:00 Pre SURF Mizuki	19:30～20:15 Back&Arm (members only) Rio
21:00	21:00～21:45 Step to Burn Mizuki				21:00～21:45 Surfers High (members only) Ayuka	21:00～21:45 Pre SURF Mizuki	20:45～21:30 Balance Ayuka	21:00～21:45 Waist&Hip Christmas Ver Mizuki

	12月24日(土)	12月25日(日)	12月26日(月)	12月27日(火)	12月28日(水)	12月29日(木)	12月30日(金)	12月31日(土)
10:30	10:30～11:15 Pre SURF Mizuki	10:30～11:15 Beauty Body Mizuki	定休日	10:30～11:15 Glamorous Hip Toki	10:30～11:15 Power Beat Camp Ayuka	10:30～11:15 Surf Pilates Mizuki	休業日	休業日
12:00	12:00～12:45 Surfers High (members only) Mizuki	12:00～12:45 Step to Burn Ayuka		12:00～12:45 Circuit Shape Step (members only) New Music Mizuki	13:00～13:45 Surfers High (members only) Ayuka	12:00～13:00 Advance (members only) Mizuki		
13:30	13:30～14:15 Basic Toki	13:30～14:15 Balance Advance (members only) Mizuki		13:30～14:15 Pre SURF Mizuki		13:45～14:30 Basic Toki		
15:00	15:00～15:45 Back&Arm (members only) Mizuki	15:00～15:45 Waist&Hip Christmas Ver Ayuka				15:15～16:00 Waist&Hip Mizuki		
17:00	17:30～18:15 Balance Toki					17:30～18:15 Pre SURF Mizuki		
18:00				18:00～18:45 Waist&Hip Mizuki	18:00～18:45 Basic Toki			
19:30				19:30～20:15 Back&Arm (members only) Ayuka	19:30～20:15 Glamorous Hip Toki			
21:00				21:00～21:45 Waist Ayuka	21:00～21:45 Balance Toki			

【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)