

SurfFit 銀座本店 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 Hazuki	10:30~11:15 Pre SURF Nanami	10:30~11:15 Beauty Body Miku.A	定休日	10:30~11:15 BASIC Miku.A	10:30~11:15 Surf Yoga Nanami		
12:00		12:00~12:45 Beauty Body Miku.A	12:00~12:45 Balance Miku.A	12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) comingsoon		12:00~12:45 Waist&Hip Nanami		13:00~13:45 Back&Arm (members only) Nanami	
13:30		13:30~14:30 Advance (members only) comingsoon	13:30~14:15 Back&Arm (members only) Nanami	13:30~14:15 BASIC Miku.A		13:30~14:15 Pre SURF Nanami			
15:00			15:00~15:45 BASIC Miku.A	15:00~15:45 Power Beat Camp Nanami					
17:00									
	17:30~18:15 Waist Hazuki		17:30~18:15 Step to Burn Nanami						17:30~18:15 Waist&Hip Hazuki
18:00		18:00~18:45 Pre SURF Nanami					18:00~18:45 Step to Burn Hazuki	18:00~18:45 Surfers High (members only) Hazuki	19:00~19:45 Beauty Body Miku.A
	19:00~19:45 BASIC Miku.A								
19:30		19:30~20:15 Balance Advance (members only) Nanami					19:30~20:30 Advance (members only) Nanami	19:30~20:15 Balance Miku.A	20:30~21:15 Back&Arm (members only) Hazuki
	20:30~21:15 Surfers High (members only) Hazuki								
21:00		21:00~21:45 Balance Miku.A				21:15~22:00 Waist Hazuki	21:00~21:45 Power Beat Camp Hazuki		

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

・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。

・レッスンの開始時刻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2022/11/20

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 Step to Burn Nanami	10:30~11:15 Surfers High (members only) Hazuki	10:30~11:15 Circuit Shape Step (members only) New Music comingsoon	定休日	10:30~11:15 Waist&Hip Christmas Ver Hazuki	10:30~11:15 Glamorous Hip Hazuki		10:30~11:15 BASIC Miku.A	
12:00	12:00~12:45 Surfers High (members only) Hazuki	12:00~12:45 BASIC Miku.A	12:00~12:45 Power Beat Camp Rio		12:00~12:45 Balance Miku.A		13:00~13:45 Waist&Hip Christmas Ver Hazuki		12:00~12:45 Balance Advance (members only) Nanami
13:30	13:30~14:15 Waist&Hip Christmas Ver Nanami	13:30~14:15 Pre SURF Hazuki	13:30~14:15 Glamorous Hip Nanami		13:30~14:15 Back&Arm (members only) Hazuki				13:30~14:15 Pre SURF Nanami
15:00		15:00~15:45 Beauty Body Miku.A	15:00~16:00 Advance (members only) Rio						
17:00		17:30~18:15 Glamorous Hip Hazuki						17:30~18:15 Beauty Body Miku.A	
18:00	18:00~18:45 BASIC Miku.A				18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) New Music Rio	18:00~18:45 Balance Advance (members only) Nanami	18:00~18:45 Balance Advance (members only) Nanami		18:00~18:45 Step to Burn Hazuki
19:30	19:30~20:15 Back&Arm (members only) Hazuki				19:30~20:15 Waist Hazuki	19:30~20:15 BASIC Miku.A	19:30~20:15 BASIC Miku.A		19:30~20:15 Waist&Hip Christmas Ver Nanami
21:00	21:00~21:45 Waist Hazuki				21:00~21:45 Power Beat Camp Rio	21:00~21:45 Pre SURF Nanami	21:00~21:45 Pre SURF Nanami		21:00~21:45 Back&Arm (members only) Hazuki

	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 Balance Advance (members only) Nanami	10:30~11:15 Waist Hazuki	定休日	10:30~11:15 Power Beat Camp Hazuki	10:30~11:15 Surf Pilates Nanami	10:30~11:15 Step to Burn Hazuki			
12:00	12:00~12:45 Waist&Hip Christmas Ver Hazuki	12:00~12:45 Balance Miku.A		12:00~12:45 BASIC Miku.A		13:00~13:45 Circuit Shape Step (members only) New Music comingsoon	12:00~12:45 Beauty Body Miku.A		
13:30	13:30~14:15 Glamorous Hip Nanami	13:30~14:15 Surfers High (members only) Hazuki		13:30~14:15 Waist&Hip Hazuki			13:30~14:30 Advance (members only) comingsoon		
15:00	15:00~15:45 Pre SURF Nanami	15:00~15:45 BASIC Miku.A					15:15~16:00 Balance Miku.A		
17:00							17:30~18:15 Glamorous Hip Hazuki		
18:00					18:00~18:45 Pre SURF Nanami	18:00~18:45 BASIC Miku.A			
19:30					19:30~20:15 Beauty Body Miku.A	19:30~20:15 Surfers High (members only) Hazuki			
21:00					21:00~21:45 Balance Advance (members only) Nanami	21:00~21:45 Waist 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)