

SurfFit 渋谷店 Lesson Schedule

更新日2022/12/20

2023/1/1~2023/1/15

| | 1月1日(日) | 1月2日(月) | 1月3日(火) | 1月4日(水) | 1月5日(木) | 1月6日(金) | 1月7日(土) | 1月8日(日) | |
|-------|---------|---------|--------------------------------------|---|--|--|--|---|-----------------------------------|
| 10:30 | 休業日 | 休業日 | | 10:30~11:30 Advance (members only) Ayuka | | 10:30~11:15 Basic Toki | 10:30~11:15 Circuit Shape Step (members only) New Music | 10:30~11:15 Power Beat Camp Ayuka | |
| 12:00 | | | | | | 12:00~12:45 Back&Arm (members only) Chihiro | Mizuki | 12:00~12:45 Glamorous Hip Toki | |
| 13:30 | | | 13:30~14:15 Beauty Body Ayuka | | 13:00~13:45 Basic comingsoon | | 13:30~14:15 Hip Pump comingsoon | 13:30~14:15 Balance Toki | 13:30~14:15 Waist&Hip Ayuka |
| 15:00 | | | 15:00~15:45 Step to Burn Ayuka | | | | | 15:00~15:45 Step to Burn Mizuki | 15:00~15:45 Waist Ayuka |
| 17:00 | | | 16:30~17:15 Waist Ayuka | | | 17:30~18:15 Pre SURF Mizuki | | 17:30~18:15 Basic comingsoon | |
| 18:00 | | | | | 18:00~18:45 Balance Toki | | 18:00~18:45 Waist&Hip Mizuki | | |
| 19:30 | | | | | 19:30~20:15 Hip Pump comingsoon | 19:00~19:45 Glamorous Hip Toki | 19:30~20:15 Balance Advance (members only) Mizuki | | |
| 21:00 | | | | | 21:00~21:45 Power Beat Camp Mizuki | 20:30~21:15 Back&Arm (members only) Mizuki | 21:00~21:45 Beauty Body Mizuki | | |

| | 1月9日(月) | 1月10日(火) | 1月11日(水) | 1月12日(木) | 1月13日(金) | 1月14日(土) | 1月15日(日) |
|-------|---------|---|---|----------|---|---|--|
| 10:30 | 定休日 | 10:30~11:15 Circuit Shape Step (members only) New Music Rio | 10:30~11:15 Waist&Hip Chihiro | | 10:30~11:15 Hip Pump comingsoon | 10:30~11:15 Waist Ayuka | 10:30~11:15 Back&Arm (members only) Ayuka |
| 12:00 | | 12:00~12:45 Basic comingsoon | 13:00~13:45 Balance Advance (members only) Ayuka | | 12:00~13:00 Advance (members only) Chihiro | 12:00~12:45 Power Beat Camp Rio | 12:00~12:45 Beauty Body Ayuka |
| 13:30 | | 13:30~14:15 Balance Toki | | | 13:45~14:30 Pre SURF Chihiro | 13:30~14:15 Balance Advance (members only) Ayuka | 13:30~14:15 Glamorous Hip Toki |
| 15:00 | | | | | | 15:00~15:45 Beauty Body Rio | 15:00~15:45 Basic comingsoon |
| 17:00 | | | | | 17:30~18:15 Step to Burn Mizuki | 17:30~18:15 Balance Toki | |
| 18:00 | | 18:00~18:45 Hip Pump comingsoon | 18:00~18:45 Basic Toki | | 19:00~19:45 Waist&Hip Mizuki | 18:00~18:45 Back&Arm (members only) Ayuka | |
| 19:30 | | 19:30~20:15 Waist Ayuka | 19:30~20:30 Advance (members only) Mizuki | | 20:30~21:15 Surf Yoga Mizuki | 19:30~20:15 Surf Pilates Mizuki | |
| 21:00 | | 21:00~21:45 Glamorous Hip Ayuka | 21:15~22:00 Pre SURF Mizuki | | | 21:00~21:45 Power Beat Camp Mizuki | |

・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2022/12/20

2023/1/16~2023/1/31

| | 1月16日(月) | 1月17日(火) | 1月18日(水) | 1月19日(木) | 1月20日(金) | 1月21日(土) | 1月22日(日) | 1月23日(月) |
|-------|----------|---|--|----------|---|---------------------------------------|---|----------|
| 10:30 | 定休日 | 10:30~11:15 Waist Rio | 10:30~11:15 Back&Arm (members only) Ayuka | | 10:30~11:15 Beauty Body Ayuka | 10:30~11:15 Hip Pump comingsoon | 10:30~11:15 Balance Toki | 定休日 |
| 12:00 | | 12:00~12:45 Glamorous Hip Toki | 13:00~13:45 Step to Burn Ayuka | | 12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) Mizuki | 12:00~12:45 Step to Burn Ayuka | 12:00~12:45 Balance Advance (members only) Ayuka | |
| 13:30 | | 13:30~14:15 Basic comingsoon | | | 13:30~14:15 Pre SURF Mizuki | 13:30~14:15 Surf Pilates Mizuki | 13:30~14:15 Basic comingsoon | |
| 15:00 | | | | | 15:00~16:00 Advance (members only) Mizuki | 15:00~15:45 Waist Ayuka | | |
| 17:00 | | | 17:30~18:15 Pre SURF Mizuki | | 17:30~18:15 Waist&Hip Ayuka | | | |
| 18:00 | | 18:00~18:45 Waist&Hip Mizuki | 18:00~18:45 Balance Advance (members only) Mizuki | | 18:00~18:45 Power Beat Camp Rio | 18:00~18:45 Glamorous Hip Toki | 19:30~20:15 Beauty Body Mizuki | |
| 19:30 | | 19:30~20:15 Beauty Body Mizuki | 19:30~20:15 Balance Toki | | 20:30~21:15 Back&Arm (members only) Mizuki | 21:00~21:45 Basic comingsoon | | |
| 21:00 | | 21:00~22:00 Advance (members only) Ayuka | 21:00~21:45 Hip Pump comingsoon | | | | | |

| | 1月24日(火) | 1月25日(水) | 1月26日(木) | 1月27日(金) | 1月28日(土) | 1月29日(日) | 1月30日(月) | 1月31日(火) |
|-------|--|--|----------|--|--|--|----------|---------------------------------------|
| 10:30 | 10:30~11:15 Power Beat Camp Ayuka | 10:30~11:15 Hip Pump comingsoon | | 10:30~11:15 Step to Burn Mizuki | 10:30~11:15 Beauty Body Ayuka | 10:30~11:30 Advance (members only) Mizuki | 定休日 | 10:30~11:15 Balance Toki |
| 12:00 | 12:00~12:45 Basic Toki | 13:00~13:45 Waist&Hip Mizuki | | 12:00~12:45 Back&Arm (members only) Mizuki | 12:00~12:45 Basic comingsoon | 12:15~13:00 Pre SURF Mizuki | | 12:00~12:45 Hip Pump comingsoon |
| 13:30 | 13:30~14:30 Advance (members only) Ayuka | | | 13:30~14:15 Pre SURF Mizuki | 13:30~14:15 Circuit Shape Step (members only) Ayuka | 13:45~14:30 Glamorous Hip Toki | | 13:30~14:15 Pre SURF Mizuki |
| 15:00 | | | | 17:30~18:15 Pre SURF Chihiro | 15:00~15:45 Waist Ayuka | 15:15~16:00 Hip Pump comingsoon | | |
| 17:00 | | | | 17:30~18:15 Glamorous Hip Toki | | | | |
| 18:00 | 18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Chihiro | 18:00~18:45 Back&Arm (members only) Ayuka | | 19:00~19:45 Waist&Hip Ayuka | 18:00~18:45 Surf Yoga Mizuki | 19:30~20:15 Power Beat Camp Ayuka | | 18:00~18:45 Waist Ayuka |
| 19:30 | 19:30~20:15 Pre SURF Mizuki | 19:30~20:15 Glamorous Hip Toki | | 20:30~21:15 Balance Advance (members only) Mizuki | 21:00~21:45 Balance Toki | | | 19:30~20:15 Waist&Hip Mizuki |
| 21:00 | 21:00~21:45 Step to Burn Mizuki | 21:00~21:45 Waist Ayuka | | | | | | 21:00~21:45 Beauty Body Ayuka |

【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)