

# SurfFit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2023/1/20

## 2023/2/1~2023/2/15

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

	2月9日(木)	2月10日(金)	2月11日(土)	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)
10:30		10:30~11:15 Glamorous Hip Nanami	10:30~11:15 Waist Hazuki	10:30~11:15 Circuit Shape Step (members only) Nanami	定休日	10:30~11:15 Beauty Body Miku.A	10:30~11:15 Power Beat Camp Nanami
12:00		12:00~12:45 Pre SURF Nanami	12:00~12:45 Waist&Hip Hazuki	12:00~12:45 BASIC Miku.A		12:00~12:45 Back&Arm (members only) Hazuki	13:00~13:45 Glamorous Hip Nanami
13:30		13:30~14:15 Balance Advance (members only) Hazuki	13:30~14:15 Beauty Body Miku.A	13:30~14:15 Hip Pump Nanami		13:30~14:15 Step to Burn comingsoon	
15:00			15:00~15:45 Back&Arm (members only) Hazuki	15:00~15:45 Balance Miku.A			
17:00	17:30~18:15 Pre SURF Nanami		17:30~18:15 Step to Burn Miku.A				
18:00	19:00~19:45 Back&Arm (members only) Hazuki	18:00~19:00 Advance (members only) Nanami				18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Nanami	18:00~18:45 BASIC Miku.A
19:30	20:30~21:15 Waist&Hip Nanami	19:45~20:30 Balance Miku.A				19:30~20:15 Power Beat Camp Rio	19:30~20:30 Advance (members only) Nanami
21:00		21:15~22:00 Beauty Body Miku.A				21:00~21:45 Pre SURF Nanami	21:15~22:00 Hip Pump 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2023/1/20

## 2023/2/16~2023/2/28

	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)
10:30		10:30~11:15 Waist&Hip Nanami	10:30~11:30 Advance (members only) Hazuki	10:30~11:15 Hip Pump Rio		10:30~11:15 Surf Yoga Hazuki	10:30~11:15 Waist Hazuki	10:30~11:15 Beauty Body Miku.A
12:00		12:00~12:45 Glamorous Hip Nanami	12:15~13:00 Step to Burn Miku.A	12:00~12:45 Power Beat Camp Rio		12:00~12:45 Pre SURF Hazuki	13:00~13:45 Balance Advance (members only) Hazuki	12:00~12:45 Back&Arm (members only) Nanami
13:30		13:30~14:15 Power Beat Camp Nanami	13:45~14:30 Glamorous Hip Hazuki	13:30~14:15 Back&Arm (members only) Nanami		13:30~14:15 Waist Hazuki		13:30~14:15 BASIC Miku.A
15:00			15:15~16:00 Beauty Body Miku.A	15:00~15:45 Pre SURF Hazuki				15:00~15:45 Pre SURF Nanami
17:00					定休日			
	17:30~18:15 Balance Advance (members only) Nanami		17:30~18:15 Pre SURF Hazuki					17:30~18:15 Glamorous Hip Nanami
18:00	19:00~19:45 Waist Hazuki	18:00~18:45 Hip Pump Nanami				18:00~18:45 Power Beat Camp Nanami	18:00~18:45 Balance Miku.A	
19:30	20:30~21:15 Surf Pilates Nanami	19:30~20:15 BASIC Miku.A				19:30~20:15 BASIC Miku.A	19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Nanami	
21:00		21:00~21:45 Balance Miku.A				21:00~22:00 Advance (members only) Nanami	21:00~21:45 Step to Burn Miku.A	

	2月24日(金)	2月25日(土)	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)
10:30	10:30~11:15 Pre SURF Nanami	10:30~11:15 Power Beat Camp Hazuki	10:30~11:15 Surf Yoga Hazuki		10:30~11:15 Waist&Hip Hazuki
12:00	12:00~12:45 Waist&Hip Nanami	12:00~12:45 BASIC Miku.A	12:00~12:45 Step to Burn Miku.A		12:00~12:45 Hip Pump Miku.A
13:30	13:30~14:15 Balance Miku.A	13:30~14:15 Waist Hazuki	13:30~14:30 Advance (members only) Hazuki		13:30~14:15 Pre SURF Hazuki
15:00		15:00~15:45 Hip Pump Miku.A	15:15~16:00 BASIC Miku.A		
17:00				定休日	
		17:30~18:15 Balance Advance (members only) Hazuki			18:00~18:45 Back&Arm (members only) Rio
18:00	18:00~18:45 BASIC Miku.A				19:30~20:15 Step to Burn Miku.A
19:30	19:30~20:15 Glamorous Hip Hazuki				21:00~21:45 Beauty Body Miku.A
21:00	21:00~21:45 Back&Arm (members only) 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)