

# SurfFit 渋谷店 Lesson Schedule

更新日2023/2/20

## 2023/3/1~2023/3/15

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

	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)
10:30		10:30~11:15 Back&Arm (members only) Mizuki	10:30~11:15 Pre SURF Lisa	10:30~11:15 Hip Pump Mizuki	定休日	10:30~11:15 Balance Toki	10:30~11:30 Advance (members only) Rio
12:00		12:00~12:45 Basic Toki	12:00~12:45 Beauty Body Toki	12:00~12:45 Waist Ayuka		12:00~12:45 Glamorous Hip Toki	13:00~13:45 Waist Ayuka
13:30		13:30~14:15 Surf Pilates Mizuki	13:30~14:15 Circuit Shape Step (members only) Ayuka	13:30~14:15 Balance Toki		13:30~14:15 Pre SURF Lisa	
15:00		15:00~15:45 Basic Toki	15:00~15:45 Basic Toki	15:00~16:00 Advance (members only) Mizuki			
17:00		17:30~18:15 Power Beat Camp Ayuka	17:30~18:15 Waist&Hip Ayuka				
18:00		18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Rio	18:00~18:45 Basic Lisa	18:00~18:45 Beauty Body Toki			
19:30		19:00~19:45 Back&Arm (members only) Mizuki	19:30~20:15 Glamorous Hip Toki	19:30~20:15 Waist&Hip Mizuki		19:30~20:15 Balance Advance (members only) Mizuki	
21:00		20:30~21:15 Pre SURF Lisa	21:00~21:45 Balance Toki	21:00~21:45 Hip Pump Mizuki		21:00~21:45 Step to Burn 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2023/2/20

## 2023/3/16~2023/3/31

	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)
10:30		10:30~11:15 Hip Pump Mizuki	10:30~11:15 Waist&Hip Hana	10:30~11:15 Balance Advance (members only) Ayuka	定休日	10:30~11:15 Surf Yoga Mizuki	10:30~11:15 Balance Toki	
12:00		12:00~12:45 Waist Ayuka	12:00~12:45 Pre SURF Lisa	12:00~12:45 Basic Toki		12:00~12:45 Back&Arm (members only) Ayuka	13:00~13:45 Power Beat Camp Ayuka	
13:30		13:30~14:15 Balance Advance (members only) Ayuka	13:30~14:15 Balance Toki	13:30~14:15 Waist&Hip Ayuka		13:30~14:15 Glamorous Hip Toki		
15:00			15:00~15:45 Surf Pilates Hana	15:00~15:45 Beauty Body Toki		15:00~15:45 Step to Burn Ayuka		
17:00						17:30~18:30 Advance (members only) Mizuki	17:30~18:15 Hip Pump Mizuki	
18:00		18:00~18:45 Basic Lisa	18:00~18:45 Waist&Hip Mizuki	19:00~19:45 Circuit Shape Step (members only) Hana		19:30~20:15 Waist Hana	20:30~21:15 Beauty Body Toki	
19:30		19:15~20:00 Hip Pump Mizuki	19:30~20:15 Power Beat Camp Hana	19:30~20:15 Waist Hana		21:00~21:45 Back&Arm (members only) Mizuki		
21:00		20:45~21:30 Basic Lisa	21:00~21:45 Pre SURF Lisa					

	3月24日(金)	3月25日(土)	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)
10:30	10:30~11:15 Beauty Body Toki	10:30~11:15 Hip Pump Mizuki	10:30~11:15 Basic Lisa	定休日	10:30~11:15 Pre SURF Lisa	10:30~11:15 Back&Arm (members only) Ayuka	10:30~11:15 Balance Toki	
12:00	12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) Hana	12:00~12:45 Balance Toki	12:00~12:45 Power Beat Camp Hana		12:00~12:45 Hip Pump Mizuki	13:00~13:45 Waist&Hip Hana	12:00~12:45 Waist Hana	
13:30	13:30~14:15 Waist Hana	13:30~14:15 Basic Lisa	13:30~14:15 Back&Arm (members only) Mizuki		13:30~14:15 Glamorous Hip Toki	13:30~14:15 Beauty Body Toki		
15:00		15:00~16:00 Advance (members only) Mizuki	15:00~15:45 Surf Yoga Mizuki		17:30~18:15 Pre SURF Lisa	17:30~18:15 Balance Advance (members only) Mizuki	13:30~14:15 Beauty Body Toki	
17:00		18:00~18:45 Hip Pump Mizuki	18:00~18:45 Surf Pilates Hana		18:00~18:45 Waist Ayuka	18:00~18:45 Step to Burn Ayuka		
18:00	19:30~20:15 Step to Burn Mizuki	19:30~20:15 Waist&Hip Ayuka	19:30~20:15 Balance Toki		19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Mizuki	19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Mizuki		
19:30	21:00~21:45 Basic Toki	21:00~21:45 Power Beat Camp Hana	21:00~21:45 Beauty Body Toki		21:00~21:45 Back&Arm (members only) Mizuki	21:00~21:45 Waist&Hip 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)