

SurfFit 渋谷店 Lesson Schedule

更新日2023/3/20

2023/4/1~2023/4/15

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

	4月9日(日)	4月10日(月)	4月11日(火)	4月12日(水)	4月13日(木)	4月14日(金)	4月15日(土)	
10:30	10:30~11:15 Balance Toki	定休日	10:30~11:15 Glamorous Hip Ayuka	10:30~11:15 Basic Lisa		10:30~11:15 Beauty Body Toki	10:30~11:15 Back&Arm (members only) Ayuka	
12:00	12:00~12:45 Surf Pilates Hana		12:00~13:00 Advance (members only) Ayuka	13:00~13:45 Abs comingsoon		12:00~12:45 Pre SURF Hana	12:00~12:45 Step to Burn Mizuki	
13:30	13:30~14:15 Basic Lisa		13:45~14:30 Pre SURF Lisa			13:30~14:15 Hip Pump Mizuki	13:30~14:15 Power Beat Camp Hana	
15:00	15:00~15:45 Waist&Hip Hana							15:00~15:45 Glamorous Hip Toki
17:00						17:30~18:15 Power Beat Camp Hana	17:30~18:15 Basic Toki	
18:00				18:00~18:45 Beauty Body Toki		18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Ayuka	18:00~18:45 Balance Ayuka	
19:30				19:30~20:15 Back&Arm (members only) Mizuki		19:30~20:15 Waist&Hip Hana	19:30~20:15 Abs comingsoon	
21:00				21:00~21:45 Surf Yoga Mizuki		21:00~21:45 Waist Ayuka	20:30~21:15 Pre SURF Lisa	21:00~21:45 Balance Advance (members only) Ayuka

- ・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2023/3/20

2023/4/16~2023/4/30

	4月16日(日)	4月17日(月)	4月18日(火)	4月19日(水)	4月20日(木)	4月21日(金)	4月22日(土)	4月23日(日)									
10:30	10:30~11:15 Waist Hana	定休日	10:30~11:15 Beauty Body Hana	10:30~11:15 Back&Arm (members only) Mizuki		10:30~11:15 Power Beat Camp Ayuka	10:30~11:15 Abs comingsoon	10:30~11:15 Hip Pump Mizuki									
12:00	12:00~12:45 Hip Pump Mizuki		12:00~12:45 Basic New Music Hana	13:00~13:45 Abs comingsoon		12:00~13:00 Advance (members only) Mizuki	12:00~12:45 Balance Advance (members only) Mizuki	12:00~12:45 Glamorous Hip Ayuka									
13:30	13:30~14:15 Pre SURF Lisa		13:30~14:15 Waist Ayuka				13:45~14:30 Balance Ayuka	13:30~14:15 Waist&Hip Hana	13:30~14:15 Basic New Music Mizuki								
15:00	15:00~15:45 Step to Burn Ayuka						18:00~18:45 Balance Advance (members only) Ayuka	18:00~18:45 Power Beat Camp Ayuka	18:00~18:45 Step to Burn Mizuki	15:00~15:45 Pre SURF Lisa	15:00~15:45 Back&Arm (members only) comingsoon						
17:00							19:30~20:15 Pre SURF Lisa	19:30~20:15 Basic New Music Lisa	19:00~19:45 Hip Pump Mizuki	19:30~20:15 Circuit Shape Step (members only) Hana	17:30~18:15 Beauty Body Hana						
18:00							21:00~21:45 Glamorous Hip Ayuka	21:00~22:00 Advance (members only) Ayuka	20:30~21:15 Waist&Hip Ayuka	21:00~21:45 Waist Hana							
19:30																	
21:00																	

	4月24日(月)	4月25日(火)	4月26日(水)	4月27日(木)	4月28日(金)	4月29日(土)	4月30日(日)											
10:30	定休日	10:30~11:15 Waist&Hip Ayuka	10:30~11:15 Hip Pump Mizuki		10:30~11:15 Basic New Music Lisa	10:30~11:15 Circuit Shape Step (members only) Ayuka	10:30~11:15 Abs comingsoon											
12:00		12:00~12:45 Surf Yoga Mizuki	13:00~14:00 Advance (members only) Ayuka		12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) Hana	12:00~12:45 Beauty Body Hana	12:00~12:45 Waist Ayuka											
13:30		13:30~14:15 Step to Burn Ayuka					13:30~14:15 Beauty Body Hana	13:30~14:15 Pre SURF Lisa	13:30~14:15 Back&Arm (members only) comingsoon									
15:00							18:00~18:45 Hip Pump Mizuki	18:00~18:45 Pre SURF Lisa	18:00~18:45 Power Beat Camp Hana	15:00~15:45 Glamorous Hip Ayuka	15:00~15:45 Step to Burn Ayuka							
17:00																		
18:00													19:30~20:15 Basic New Music Lisa	19:30~20:15 Surf Pilates Hana	19:15~20:00 Balance Hana	19:30~20:15 Balance Advance (members only) Ayuka		
19:30													21:00~21:45 Back&Arm (members only) Mizuki	21:00~21:45 Waist&Hip Hana	20:45~21:30 Abs comingsoon	21:00~21:45 Glamorous Hip Ayuka		
21:00																		

【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)