

SurfFit 池袋店 Lesson Schedule

更新日2023/4/20

2023/5/1~2023/5/15

	5月1日(月)	5月2日(火)	5月3日(水)	5月4日(木)	5月5日(金)	5月6日(土)	5月7日(日)	5月8日(月)
10:30	定休日	10:30~11:15 Power Beat Camp Aiko	10:30~11:15 Abs Toki	10:30~11:30 Advance Miku	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Aiko	10:30~11:15 Waist&Hip Miku	10:30~11:15 Hip Pump Miku	定休日
12:00		12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Toki	12:00~12:45 Balance Rio.K	12:15~13:00 Glamorous Hip Toki	12:00~12:45 Hip Pump Miku	12:00~12:45 Waist (体験OK) Miku	12:00~12:45 Glamorous Hip Toki	
13:30		13:30~14:15 Hip Pump Aiko	13:30~14:15 Circuit Shape Step Miku	13:45~14:30 Basic New Music (体験OK) Rio.K	13:30~14:15 Back&Arm Aiko	13:30~14:15 Surf Pilates Aiko	13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) Miku	
15:00			15:00~15:45 Waist (体験OK) Miku	15:15~16:00 Waist&Hip Aiko	15:00~15:45 Power Beat Camp Miku	15:00~15:45 Beauty Body (体験OK) Toki	15:00~15:45 Abs Toki	
17:00								
18:00			18:00~18:45 Basic New Music (体験OK) Rio.K	17:30~18:15 Pre SURF (体験OK) Rio.K	17:30~18:15 Balance Rio.K	17:30~18:15 Surf Yoga Miku	17:30~18:15 Balance Advance Aiko	
19:30			19:30~20:15 Back&Arm Miku					
21:00			21:00~21:45 Balance Rio.K					

	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)	5月14日(日)	5月15日(月)
10:30	10:30~11:15 Balance Toki	10:30~11:15 Step to Burn Miku	定休日	10:30~11:15 Balance Advance Aiko	10:30~11:15 Basic New Music (体験OK) Toki	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Toki	定休日
12:00	12:00~12:45 Back&Arm Miku	13:00~13:45 Waist (体験OK) Aiko		12:00~12:45 Abs Toki	12:00~12:45 Hip Pump Miku	12:00~12:45 Surf Yoga Miku	
13:30	13:30~14:15 Abs Toki			13:30~14:15 Power Beat Camp Aiko	13:30~14:15 Step to Burn Aiko	13:30~14:15 Back&Arm Miku	
15:00					15:00~15:45 Pre SURF (体験OK) Miku	15:00~15:45 Glamorous Hip Toki	
17:00				17:30~18:15 Glamorous Hip Toki	17:30~18:15 Circuit Shape Step Aiko		
18:00	18:00~19:00 Advance Miku	18:00~18:45 Balance Toki		19:00~19:45 Circuit Shape Step Aiko	18:00~18:45 Step to Burn Miku		
19:30	19:45~20:30 Waist (体験OK) Aiko	19:30~20:15 Hip Pump Aiko		20:30~21:15 Abs Toki	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Toki		
21:00	21:15~22:00 Pre SURF (体験OK) Aiko	21:00~21:45 Basic New Music (体験OK) Toki			21:00~21:45 Waist&Hip Miku		

- ・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 池袋店 Lesson Schedule

更新日2023/4/20

2023/5/16~2023/5/31

	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)	5月21日(日)	5月22日(月)	5月23日(火)
10:30	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Toki	10:30~11:30 Advance Miku		10:30~11:15 Step to Burn Aiko	10:30~11:15 Waist (体験OK) Aiko	10:30~11:15 Power Beat Camp Ayuka	定休日	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Aiko
12:00	12:00~12:45 Circuit Shape Step Miku			12:00~12:45 Basic (体験OK) comingsoon	12:00~12:45 Balance Advance Aiko	12:00~12:45 Waist&Hip Miku		12:00~12:45 Glamorous Hip Toki
13:30	13:30~14:15 Balance New Music Toki	13:00~13:45 Power Beat Camp Aiko		13:30~14:15 Surf Pilates Aiko	13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) Miku	13:30~14:15 Step to Burn Miku		13:30~14:15 Back&Arm Aiko
15:00					15:00~15:45 Hip Pump Miku	15:00~15:45 Basic (体験OK) comingsoon		
17:00			17:30~18:15 Basic (体験OK) comingsoon		17:30~18:15 Abs Toki			
18:00	18:00~18:45 Balance Advance Aiko	18:00~18:45 Back&Arm Ayuka	19:00~19:45 Balance New Music Toki	18:00~18:45 Pre SURF (体験OK) Miku				18:00~18:45 Balance New Music Toki
19:30	19:30~20:15 Hip Pump Miku	19:30~20:15 Glamorous Hip Toki	20:30~21:15 Beauty Body (体験OK) Toki	19:30~20:15 Waist&Hip Aiko				19:30~20:15 Abs Toki
21:00	21:00~21:45 Waist (体験OK) Aiko	21:00~21:45 Step to Burn Ayuka		21:00~22:00 Advance Miku				21:00~21:45 Basic (体験OK) comingsoon

	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)	5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	
10:30	10:30~11:15 Power Beat Camp Miku		10:30~11:15 Basic (体験OK) comingsoon	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Miku	10:30~11:15 Back&Arm Aiko	定休日	10:30~11:15 Step to Burn Aiko	10:30~11:15 Basic (体験OK) comingsoon	
12:00			12:00~12:45 Back&Arm Miku	12:00~12:45 Abs Aiko	12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Toki		12:00~12:45 Waist&Hip Aiko	13:00~13:45 Balance Advance Aiko	
13:30	13:00~13:45 Glamorous Hip Toki		13:30~14:15 Waist&Hip Miku	13:30~14:15 Hip Pump Miku	13:30~14:15 Surf Pilates Aiko		13:30~14:15 Basic (体験OK) comingsoon		
15:00				15:00~15:45 Waist (体験OK) Aiko	15:00~15:45 Balance New Music Toki				
17:00		17:30~18:15 Pre SURF (体験OK) Miku		17:30~18:15 Basic (体験OK) comingsoon				18:00~18:45 Abs Toki	18:00~18:45 Waist&Hip Miku
18:00	18:00~18:45 Circuit Shape Step Aiko	19:00~19:45 Balance Advance Aiko	18:00~18:45 Glamorous Hip Toki					19:30~20:30 Advance Miku	19:30~20:15 Power Beat Camp Aiko
19:30	19:30~20:15 Basic (体験OK) comingsoon	20:30~21:15 Waist (体験OK) Miku	19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Miku					21:15~22:00 Beauty Body (体験OK) Toki	21:00~21:45 Hip Pump Miku
21:00	21:00~21:45 Surf Yoga Aiko		21:00~21:45 Abs Toki						

【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)