

SurfFit池袋店 Lesson Schedule

更新日2023/6/20

2023/7/1~2023/7/15

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

	7月9日(日)	7月10日(月)	7月11日(火)	7月12日(水)	7月13日(木)	7月14日(金)	7月15日(土)	
10:30	10:30~11:15 Glamorous Hip Miku	定休日	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Lisa	10:30~11:30 Advance Miku		10:30~11:15 Waist&Hip Chihiro	10:30~11:15 Power Beat Camp Onri	
12:00	12:00~12:45 Back&Arm Miku		12:00~12:45 Surf Yoga (体験OK) Miku	13:00~13:45 Hip Pump Aiko		12:00~12:45 Balance Advance Aiko	12:00~12:45 Surf Pilates (体験OK) Aiko	
13:30	13:30~14:15 Abs Toki		13:30~14:15 Waist&Hip Miku			13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Toki	13:30~14:15 Circuit Shape Step Onri	
15:00	15:00~15:45 Basic (体験OK) Lisa						15:00~15:45 Pre SURF (体験OK) Lisa	
17:00						17:30~18:15 Basic (体験OK) Toki	17:30~18:15 Waist (体験OK) Aiko	
18:00				18:00~18:45 Step to Burn Aiko		18:00~18:45 Waist&Hip Mizuki	18:00~18:45 Hip Pump Miku	
19:30				19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Toki		19:30~20:15 Abs Toki	19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Aiko	
21:00				21:00~21:45 Surf Pilates (体験OK) Aiko		21:00~21:45 Back&Arm Mizuki	20:45~21:30 Balance Toki	21:00~21:45 Glamorous 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2023/6/20

2023/7/16~2023/7/31

	7月16日(日)	7月17日(月)	7月18日(火)	7月19日(水)	7月20日(木)	7月21日(金)	7月22日(土)	7月23日(日)
10:30	10:30~11:15 Basic (体験OK) Lisa	定休日	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Mizuki	10:30~11:15 Waist (体験OK) Miku		10:30~11:15 Hip Pump Chihiro	10:30~11:15 Basic (体験OK) Miku.A	10:30~11:15 Waist&Hip Miku
12:00	12:00~12:45 Hip Pump Miku		12:00~12:45 Power Beat Camp Miku	13:00~13:45 Balance Toki		12:00~12:45 Abs Toki	12:00~12:45 Glamorous Hip Toki	12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Toki
13:30	13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) Lisa		13:30~14:30 Advance Mizuki			13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Aiko	13:30~14:15 Step to Burn Miku.A	13:30~14:15 Circuit Shape Step Miku
15:00	15:00~15:45 Back&Arm Miku						15:00~16:00 Advance Miku	15:00~15:45 Abs Toki
17:00						17:30~18:15 Hip Pump Miku	17:30~18:15 Pre SURF (体験OK) Lisa	
18:00				18:00~18:45 Glamorous Hip Aiko	18:00~18:45 Balance Advance Aiko	19:00~19:45 Abs Toki	18:00~18:45 Basic (体験OK) Lisa	
19:30				19:30~20:15 Balance Toki	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Toki	20:30~21:15 Surf Yoga (体験OK) Aiko	19:30~20:15 Power Beat Camp Onri	
21:00				21:00~21:45 Waist (体験OK) Aiko	21:00~21:45 Power Beat Camp Aiko		21:00~21:45 Step to Burn Miku	

	7月24日(月)	7月25日(火)	7月26日(水)	7月27日(木)	7月28日(金)	7月29日(土)	7月30日(日)	7月31日(月)
10:30	定休日	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Aiko	10:30~11:15 Surf Yoga (体験OK) Miku		10:30~11:15 Circuit Shape Step Miku	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Aiko	10:30~11:15 Hip Pump Aiko	定休日
12:00		12:00~12:45 Abs Toki	13:00~13:45 Basic (体験OK) Aiko		12:00~12:45 Waist (体験OK) Aiko	12:00~12:45 Balance Advance Akane	12:00~12:45 Surf Pilates (体験OK) Aiko	
13:30		13:30~14:15 Back&Arm Aiko			13:30~14:15 Hip Pump Chihiro	13:30~14:15 Waist&Hip Aiko	13:30~14:15 Basic (体験OK) Lisa	
15:00						15:00~15:45 Waist (体験OK) Akane	15:00~15:45 Glamorous Hip Toki	
17:00				17:30~18:15 Balance Advance Mizuki		17:30~18:15 Beauty Body (体験OK) Toki		
18:00		18:00~18:45 Power Beat Camp Mizuki	18:00~18:45 Waist (体験OK) Akane	19:00~19:45 Pre SURF (体験OK) Miku	18:00~18:45 Balance Miku.A			
19:30		19:30~20:15 Step to Burn Miku	19:30~20:15 Abs Toki	20:30~21:15 Glamorous Hip Toki	19:30~20:15 Abs Aiko			
21:00		21:00~21:45 Basic (体験OK) Lisa	21:00~22:00 Advance Akane		21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Miku.A			

[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)