

SurfFit梅田店 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 Glamorous Hip Ayuka	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Hana	休業日	10:30~11:15 Basic (体験OK) Natsuki	10:30~11:30 Advance Shoko		10:30~11:15 Circuit Shape Step Natsuki	10:30~11:15 Abs Shoko	
12:00	12:00~12:45 Circuit Shape Step Natsuki	12:00~12:45 Waist (体験OK) Ayuka		12:00~12:45 Waist&Hip Hana	12:15~13:00 Step to Burn Natsuki		12:00~12:45 Glamorous Hip Ayuka	12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki	
13:30	13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Hana	13:30~14:15 Balance Advance Shoko		13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki	13:45~14:30 Abs Shoko		13:30~14:15 Balance Natsuki	13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) Nana	
15:00	15:00~15:45 Back&Arm Ayuka	15:00~15:45 Power Beat Camp Hana						15:00~15:45 Waist&Hip Hana	
17:00	16:30~17:15 Basic (体験OK) Nana	16:30~17:15 Surf Yoga Shoko					17:30~18:15 Pre SURF (体験OK) Nana	16:30~17:30 Advance Shoko	
18:00	18:00~18:45 Balance Hana			18:00~18:45 Glamorous Hip Ayuka	18:00~18:45 Waist (体験OK) Natsuki		19:00~19:45 Balance Advance Ayuka	18:00~18:45 Step to Burn Ayuka	18:15~19:00 Waist (体験OK) Hana
19:30				19:30~20:15 Abs Shoko	19:30~20:15 Basic (体験OK) Nana		20:30~21:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki	19:30~20:15 Waist&Hip Hana	
21:00				21:00~21:45 Back&Arm Ayuka	21:00~21:45 Power Beat Camp Hana			21:00~21:45 Surf Pilates Shoko	

	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 Waist&Hip Hana	定休日	10:30~11:15 Balance Advance Shoko	10:30~11:15 Hip Pump Natsuki		10:30~11:15 Step to Burn Ayuka	10:30~11:15 Surf Pilates Hana	
12:00	12:00~12:45 Basic (体験OK) Nana		12:00~12:45 Pre SURF (体験OK) Natsuki	12:00~12:45 Waist&Hip Hana		12:00~12:45 Basic (体験OK) Nana	12:00~12:45 Back&Arm Shoko	
13:30	13:30~14:15 Hip Pump Ayuka		13:30~14:15 Abs Shoko	13:30~14:15 Surf Yoga Shoko		13:30~14:15 Glamorous Hip Ayuka	13:30~14:15 Waist (体験OK) Ayuka	
15:00	15:00~15:45 Balance Hana						15:00~15:45 Power Beat Camp Hana	
17:00	16:30~17:15 Beauty Body (体験OK) Ayuka					17:30~18:15 Basic (体験OK) Nana	16:30~17:15 Pre SURF (体験OK) Shoko	
18:00			18:00~18:45 Balance Hana	18:00~18:45 Beauty Body (体験OK) Shoko		19:00~19:45 Glamorous Hip Natsuki	18:00~18:45 Back&Arm Hana	18:00~18:45 Hip Pump Ayuka
19:30			19:30~20:15 Hip Pump Natsuki	19:30~20:15 Circuit Shape Step Ayuka			19:30~20:15 Abs Shoko	
21:00			21:00~21:45 Waist (体験OK) Hana	21:00~21:45 Pre SURF (体験OK) Nana		20:30~21:30 Advance Ayuka	21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki	

- ・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梅田店 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) Nana	定休日	10:30~11:15 Hip Pump Natsuki	10:30~11:15 Back&Arm Shoko		10:30~11:15 Surf Pilates Hana	10:30~11:15 Balance Advance Shoko	10:30~11:15 Glamorous Hip Natsuki
12:00	12:00~12:45 Power Beat Camp Natsuki		12:00~12:45 Waist (体験OK) Ayuka	12:00~12:45 Basic (体験OK) Nana		12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki	12:00~12:45 Balance Ayuka	12:00~12:45 Back&Arm Hana
13:30	13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki		13:30~14:15 Step to Burn Natsuki	13:30~14:15 Abs Shoko		13:30~14:15 Waist&Hip Hana	13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) Nana	13:30~14:15 Waist (体験OK) Ayuka
15:00	15:00~16:00 Advance Ayuka		15:00~15:45 Abs Shoko	15:00~15:45 Power Beat Camp Natsuki		15:00~15:45 Hip Pump Natsuki	15:00~15:45 Pre SURF (体験OK) Nana	15:00~15:45 Power Beat Camp Natsuki
17:00	16:45~17:30 Glamorous Hip Ayuka		16:30~17:15 Hip Pump Ayuka	16:30~17:15 Pre SURF (体験OK) Hana		17:30~18:15 Waist (体験OK) Ayuka	17:30~18:15 Balance Shoko	17:30~18:15 Beauty Body (体験OK) Hana
18:00			18:00~18:45 Abs Shoko	18:00~18:45 Pre SURF (体験OK) Hana		18:00~18:45 Balance Shoko	18:00~18:45 Beauty Body (体験OK) Hana	
19:30			19:30~20:30 Advance Ayuka	19:30~20:15 Glamorous Hip Natsuki		19:30~20:15 Hip Pump Natsuki	19:30~20:15 Abs Shoko	
21:00			21:15~22:00 Surf Yoga Shoko	21:00~21:45 Waist&Hip Hana		20:30~21:15 Circuit Shape Step Hana	21:00~21:45 Basic (体験OK) Nana	

	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 Glamorous Hip Ayuka	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Nana		10:30~11:15 Waist (体験OK) Hana	10:30~11:15 Circuit Shape Step Ayuka	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Hana	定休日	
12:00		12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Hana	12:00~13:00 Advance Shoko		12:00~12:45 Hip Pump Natsuki	12:00~12:45 Basic (体験OK) Natsuki	12:00~12:45 Hip Pump Natsuki		
13:30		13:30~14:15 Hip Pump Ayuka	13:45~14:30 Step to Burn Ayuka		13:30~14:15 Surf Yoga Shoko	13:30~14:15 Waist&Hip Hana	13:30~14:15 Abs Shoko		
15:00		15:00~15:45 Beauty Body (体験OK) Ayuka	15:00~15:45 Basic (体験OK) Nana		17:30~18:15 Balance Natsuki	15:00~15:45 Beauty Body (体験OK) Ayuka	15:00~15:45 Basic (体験OK) Nana		
17:00		16:30~17:15 Step to Burn Natsuki	16:30~17:15 Balance Advance Shoko		18:00~18:45 Glamorous Hip Ayuka	18:00~18:45 Surf Pilates Hana	16:30~17:15 Step to Burn Natsuki		16:30~17:15 Balance Advance Shoko
18:00		18:00~18:45 Waist&Hip Shoko	18:00~18:45 Power Beat Camp Hana		19:00~19:45 Back&Arm Hana	18:00~18:45 Glamorous Hip Ayuka	18:00~18:45 Surf Pilates Hana		
19:30		19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Hana	19:30~20:15 Hip Pump Ayuka		19:30~20:15 Abs Shoko	19:30~20:15 Abs Shoko	19:30~20:15 Abs Shoko		
21:00		21:00~21:45 Balance Advance Shoko	21:00~21:45 Waist (体験OK) Hana		20:30~21:15 Basic (体験OK) Nana	21:00~22:00 Advance Ayuka	21:00~22:00 Advance 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)