

# SurfFit銀座店 Lesson Schedule

更新日2023/8/26

## 2023/8/1~2023/8/15

	8月1日(火)	8月2日(水)	8月3日(木)	8月4日(金)	8月5日(土)	8月6日(日)	8月7日(月)	8月8日(火)
10:30	10:30~11:15 Basic (体験OK) Onri	10:30~11:15 Balance Miku.A		10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Mizuki	10:30~11:15 Back&Arm Onri	10:30~11:15 Waist (体験OK) Akane	定休日	10:30~11:15 Glamorous Hip Miku.A
12:00	12:00~12:45 Surf Yoga (体験OK) Akane	13:00~13:45 Basic (体験OK) Onri		12:00~12:45 Back&Arm Rio	12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Miku.A	12:00~12:45 Legs comingsoon		12:00~12:45 Waist&Hip Miku.A
13:30	13:30~14:15 Balance Advance Akane			13:30~14:15 Step to Burn Miku.A	13:30~14:15 Waist (体験OK) Akane	13:30~14:30 Advance Mizuki		13:30~14:15 Legs Mizuki
15:00				15:00~15:45 Power Beat Camp Onri	15:15~16:00 Surf Pilates (体験OK) Mizuki			
17:00				17:30~18:15 Glamorous Hip Miku.A	17:30~18:15 Hip Pump Akane			
18:00	18:00~18:45 Waist&Hip Miku.A	18:00~18:45 Abs Akane		18:00~18:45 Balance Onri				18:00~18:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki
19:30	19:30~20:30 Special Lesson Mizuki	19:30~20:15 Hip Pump Mizuki		19:30~20:15 Abs Mizuki				19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Kana
21:00	21:15~22:00 Pre SURF (体験OK) Kana	21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki		20:45~21:30 Power Beat Camp Onri				21:00~21:45 Basic (体験OK) Onri

	8月9日(水)	8月10日(木)	8月11日(金)	8月12日(土)	8月13日(日)	8月14日(月)	8月15日(火)
10:30	10:30~11:15 Abs Mizuki		10:30~11:15 Balance Advance Mizuki	10:30~11:15 Hip Pump Mizuki	10:30~11:15 Circuit Shape Step Akane	定休日	10:30~11:15 Waist (体験OK) Akane
12:00	13:00~13:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki		12:00~12:45 Balance Akane	12:00~12:45 Basic (体験OK) Kana	12:00~12:45 Surf Yoga (体験OK) Akane		12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki
13:30			13:30~14:15 Basic (体験OK) Akane	13:30~14:15 Legs comingsoon	13:30~14:15 Abs Mizuki		13:30~14:15 Waist&Hip Akane
15:00			15:00~15:45 Step to Burn Mizuki	15:00~16:00 Advance Akane	15:00~15:45 Pre SURF (体験OK) Kana		
17:00	17:30~18:15 Hip Pump Akane		17:30~18:15 Glamorous Hip Miku.A	17:30~18:15 Waist&Hip Mizuki			18:00~18:45 Step to Burn Mizuki
18:00	18:00~18:45 Basic (体験OK) Onri		19:00~19:45 Waist (体験OK) Akane				19:30~20:15 Balance Advance Mizuki
19:30	19:30~20:15 Waist&Hip Miku.A		20:30~21:15 Pre SURF (体験OK) Kana				21:00~21:45 Power Beat Camp Onri

- ・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銀座店 Lesson Schedule

更新日2023/8/26

## 2023/8/16~2023/8/31

	8月16日(水)	8月17日(木)	8月18日(金)	8月19日(土)	8月20日(日)	8月21日(月)	8月22日(火)	8月23日(水)
10:30	10:30~11:15 Hip Pump Mizuki		10:30~11:15 Legs Mizuki	10:30~11:30 Special Lesson comingsoon	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Kana	定休日	10:30~11:15 Balance Onri	10:30~11:15 Waist (体験OK) comingsoon
12:00	12:00~12:45 Surf Pilates (体験OK) Akane		12:00~12:45 Legs comingsoon	12:15~13:00 Glamorous Hip Akane	12:00~12:45 Waist (体験OK) Akane		12:00~13:00 Advance Rio	13:00~13:45 Abs Mizuki
13:30	13:30~14:15 Back&Arm Mizuki		13:30~14:15 Back&Arm Mizuki	13:45~14:30 Back&Arm Rio	13:30~14:15 Waist&Hip Miku.A		13:45~14:30 Basic (体験OK) Kana	
15:00	15:00~15:45 Balance Advance Akane		15:15~16:00 Abs Mizuki	17:30~18:15 Basic (体験OK) Kana	17:30~18:15 Basic (体験OK) Kana		18:00~18:45 Hip Pump Akane	
17:00	17:30~18:15 Pre SURF (体験OK) Kana		19:00~19:45 Circuit Shape Step Rio	19:30~20:15 Power Beat Camp Rio	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Miku.A		19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Kana	19:30~20:15 Waist&Hip Mizuki
18:00	18:00~18:45 Balance Onri		20:30~21:15 Legs comingsoon	21:00~21:45 Glamorous Hip Miku.A	21:00~21:45 Basic (体験OK) Kana		21:00~21:45 Abs Akane	21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Miku.A
19:30	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Miku.A							
21:00	21:00~21:45 Basic (体験OK) Kana							

	8月24日(木)	8月25日(金)	8月26日(土)	8月27日(日)	8月28日(月)	8月29日(火)	8月30日(水)	8月31日(木)	
10:30	10:30~11:15 Hip Pump Mizuki	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Kana	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Kana	10:30~11:15 Back&Arm Onri	定休日	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Toki	10:30~11:15 Surf Yoga (体験OK) Akane		
12:00	12:00~12:45 Circuit Shape Step Onri	12:00~12:45 Legs comingsoon	12:00~12:45 Legs comingsoon	12:00~12:45 Glamorous Hip Akane		12:00~12:45 Hip Pump Rio	13:00~13:45 Step to Burn Akane		
13:30	13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Mizuki	13:30~14:15 Basic (体験OK) Onri	13:30~14:15 Basic (体験OK) Onri	13:30~14:15 Waist (体験OK) Onri		13:30~14:15 Glamorous Hip Toki			
15:00	15:00~15:45 Waist&Hip Miku.A	15:00~15:45 Waist&Hip Miku.A	15:00~15:45 Waist&Hip Miku.A	15:00~15:45 Abs Akane					
17:00	17:30~18:30 Advance Akane	17:30~18:15 Power Beat Camp Onri	17:30~18:15 Power Beat Camp Onri	17:30~18:15 Power Beat Camp Onri					
18:00	18:00~18:45 Step to Burn Miku.A	18:00~18:45 Step to Burn Miku.A	18:00~18:45 Step to Burn Miku.A	18:00~18:45 Step to Burn Miku.A		18:00~18:45 Abs Akane	18:00~18:45 Power Beat Camp Onri		17:30~18:15 Waist&Hip Miku.A
19:30	19:15~20:00 Beauty Body (体験OK) Miku.A	19:30~20:15 Balance Onri	19:30~20:15 Balance Onri	19:30~20:15 Balance Onri		19:30~20:15 Basic (体験OK) Kana	19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Mizuki		19:00~19:45 Surf Pilates (体験OK) Mizuki
21:00	20:45~21:30 Hip Pump Miku.A	21:00~21:45 Pre SURF (体験OK) Miku.A	21:00~21:45 Pre SURF (体験OK) Miku.A	21:00~21:45 Pre SURF (体験OK) Miku.A		21:00~21:45 Balance Advance Akane	21:00~21:45 Back&Arm Mizuki		20:30~21:15 Legs Mizuki

【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)