

SurfFit池袋店 Lesson Schedule

更新日2023/8/20

2023/9/1~2023/9/15

2023/9/1～2023/9/15									
	9月1日(金)	9月2日(土)	9月3日(日)	9月4日(月)	9月5日(火)	9月6日(水)	9月7日(木)	9月8日(金)	
10:30	10:30～11:15 Step to Burn Miku	10:30～11:15 Balance Miku.A	10:30～11:15 Surf Yoga (体験OK) Miku	定休日	10:30～11:15 Beauty Body (体験OK) Aiko	10:30～11:15 Power Beat Camp Miku		10:30～11:15 Waist (体験OK) Chihiro	
					12:00～12:45 Back&Arm Chihiro			12:00～13:00 Advance Mizuki	
12:00	12:00～12:45 Legs Miku.A	12:00～12:45 Pre SURF (体験OK) Lisa	12:00～12:45 Abs Toki			13:00～13:45 Glamorous Hip Miku			
13:30	13:30～14:15 Waist (体験OK) Miku	13:30～14:15 Hip Pump Miku.A	13:30～14:15 Waist&Hip Miku			13:30～14:30 Advance Miku			13:45～14:30 Hip Pump Chihiro
15:00		15:00～15:45 Legs Toki	15:00～15:45 Beauty Body (体験OK) Toki						
17:00									
		17:30～18:15 Basic (体験OK) Toki					17:30～18:15 Back&Arm Aiko		
18:00		18:00～18:45 Waist&Hip Miku.A					18:00～18:45 Balance Advance Akane	18:00～18:45 Pre SURF (体験OK) Lisa	
								19:00～19:45 Beauty Body (体験OK) Toki	
19:30	19:30～20:15 Glamorous Hip Aiko					19:30～20:15 Basic (体験OK) Lisa	19:30～20:15 Step to Burn Toki		19:30～20:15 Power Beat Camp Aiko
							20:30～21:15 Surf Pilates (体験OK) Aiko		
21:00	21:00～21:45 Basic (体験OK) Aiko				21:00～21:45 Waist (体験OK) Akane	21:00～21:45 Abs Toki		21:00～21:45 Pre SURF (体験OK) Miku	
	9月9日(土)	9月10日(日)	9月11日(月)	9月12日(火)	9月13日(水)	9月14日(木)	9月15日(金)		
10:30	10:30～11:15 Beauty Body (体験OK) Toki	10:30～11:15 Waist (体験OK) Miku	定休日	10:30～11:15 Waist&Hip Chihiro	10:30～11:15 Balance Toki		10:30～11:15 Waist (体験OK) Aiko		
12:00	12:00～13:00 Advance Miku	12:00～12:45 Back&Arm Onri		12:00～12:45 Legs Miku.A			12:00～12:45 Hip Pump Miku		
					13:00～13:45 Circuit Shape Step Miku				
13:30	13:45～14:30 Abs Toki	13:30～14:15 Power Beat Camp Onri		13:30～14:15 Basic (体験OK) Chihiro			13:30～14:15 Back&Arm Aiko		
15:00	15:15～16:00 Pre SURF (体験OK) Miku.A	15:00～15:45 Legs Toki							
17:00									
	17:30～18:15 Glamorous Hip Miku				18:00～18:45 Step to Burn Miku	18:00～18:45 Surf Yoga (体験OK) Aiko	17:30～18:15 Beauty Body (体験OK) Toki		18:00～18:45 Abs Toki
18:00							19:00～19:45 Step to Burn Toki		
					19:30～20:15 Glamorous Hip Miku	19:30～20:15 Hip Pump Miku	20:30～21:15 Basic (体験OK) Lisa		19:30～20:15 Waist&Hip Akane
19:30									
					21:00～21:45 Pre SURF (体験OK) Kana	21:00～21:45 Waist&Hip Aiko			21:00～21:45 Balance Advance Akane
21:00									

- ・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ます。
- ・レッスン開始時刻1時間前を切ったの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2023/8/20

2023/9/16～2023/9/31								
	9月16日(土)	9月17日(日)	9月18日(月)	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)	9月23日(土)
10:30	10:30～11:15 Waist (体験OK) Aiko	10:30～11:15 Back&Arm Miku	定休日	10:30～11:15 Power Beat Camp Onri	10:30～11:15 Abs Aiko		10:30～11:15 Waist&Hip Aiko	10:30～11:15 Abs Toki
12:00	12:00～12:45 Basic (体験OK) Mizuki	12:00～12:45 Beauty Body (体験OK) New Music		12:00～12:45 Back&Arm Onri			12:00～12:45 Surf Pilates (体験OK) Aiko	12:00～12:45 Circuit Shape Step Onri
13:30	13:30～14:15 Balance Advance Aiko	13:30～14:15 Pre SURF (体験OK) Miku		13:30～14:15 Beauty Body (体験OK) New Music Toki	13:00～13:45 Basic (体験OK) Toki		13:30～14:30 Advance Miku	13:30～14:15 Glamorous Hip Toki
15:00	15:00～15:45 Hip Pump Miku	15:00～15:45 Balance Toki						15:00～15:45 Basic (体験OK) Onri
17:00						17:30～18:15 Balance Toki		
18:00	17:30～18:15 Legs Miku			18:00～18:45 Waist (体験OK) Miku	18:00～18:45 Legs Miku			17:30～18:15 Waist (体験OK) Onri
19:30				19:30～20:15 Hip Pump Aiko	19:30～20:15 Balance Advance Mizuki	19:00～19:45 Power Beat Camp Mizuki		
21:00				21:00～21:45 Step to Burn Miku	21:00～21:45 Glamorous Hip Miku	20:30～21:15 Waist&Hip Mizuki		

	9月24日(日)	9月25日(月)	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)	9月30日(土)
10:30	10:30～11:15 Beauty Body (体験OK) New Music Toki	定休日	10:30～11:15 Balance Toki	10:30～11:15 Legs Toki		10:30～11:15 Basic (体験OK) Kana	10:30～11:15 Pre SURF (体験OK) Kana
12:00	12:00～12:45 Hip Pump Aiko		12:00～12:45 Basic (体験OK) Toki	13:00～13:45 Beauty Body (体験OK) New Music Toki		12:00～12:45 Balance Advance Aiko	12:00～12:45 Surf Yoga (体験OK) Miku
13:30	13:30～14:15 Legs Toki		13:30～14:15 Back&Arm Aiko			13:30～14:15 Pre SURF (体験OK) Kana	13:30～14:30 Advance Miku
15:00	15:00～15:45 Surf Pilates (体験OK) Aiko						15:15～16:00 Glamorous Hip Toki
17:00							
18:00			18:00～18:45 Pre SURF (体験OK) Aiko	18:00～18:45 Waist&Hip Miku	17:30～18:15 Power Beat Camp Onri	18:00～18:45 Waist (体験OK) Chihiro	17:30～18:15 Abs Toki
19:30			19:30～20:15 Beauty Body (体験OK) New Music Akane	19:30～20:15 Abs Akane		19:30～20:15 Back&Arm Chihiro	
21:00			21:00～21:45 Glamorous Hip Akane	21:00～22:00 Advance Miku	20:30～21:15 Circuit Shape Step Onri	21:00～21:45 Step to Burn 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)