

# SurfFit梅田店 Lesson Schedule

更新日2023/8/20

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

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

- ・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2023/8/20

## 2023/9/16~2023/9/30

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

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

【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)