

# SurfFit銀座店 Lesson Schedule

更新日2023/9/20

## 2023/10/1~2023/10/15

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

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

・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2023/9/20

## 2023/10/16~2023/10/31

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

	10月24日(火)	10月25日(水)	10月26日(木)	10月27日(金)	10月28日(土)	10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)	
10:30	休業日	休業日		10:30~11:15 Surf Pilates (体験OK) Akane	10:30~11:15 Legs Miku.A	10:30~11:15 Hip Pump Halloween Special Mizuki	定休日	10:30~11:15 Waist&Hip Miku.A	
12:00				12:00~12:45 Circuit Shape Step Onri	12:00~12:45 Balance Kana	12:00~12:45 Waist&Hip Mizuki		12:00~12:45 Basic (体験OK) Kana	
13:30				13:30~14:15 Step to Burn Akane	13:30~14:15 Hip Pump Halloween Special Miku.A	13:30~14:15 Basic (体験OK) Kana		13:30~14:30 Advance comingsoon	
15:00					15:00~15:45 Basic (体験OK) Kana	15:00~16:00 Advance comingsoon			
17:00					17:30~18:15 Hip Pump Halloween Special Akane	17:30~18:15 Pre SURF (体験OK) Miku.A			
18:00					19:00~19:45 Waist (体験OK) Akane	18:00~18:45 Power Beat Camp Onri			18:00~18:45 Legs Mizuki
19:30					20:30~21:15 Back&Arm Onri	19:30~20:15 Balance Advance comingsoon			19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Kana
21:00						21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Miku.A			21:00~21:45 Hip Pump Halloween Special 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)