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						15:15～16:00 Beauty Body (体験OK) New Music Kana	15:00～15:45 Legs Miku.A
17:00					17:30～18:30 Advance Rio		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 Power Beat Camp 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 Beauty Body (体験OK) New Music 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	19:00～19:45 Circuit Shape Step Onri	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	20:30～21:15 Basic (体験OK) Akane	19:30～20:15 Abs Mizuki		
21:00		21:00～21:45 Balance Advance Akane	21:00～21:45 Power Beat Camp Onri		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時間前を切って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 Helloween 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 Helloween Special Akane	12:00～12:45 Glamorous Hip Akane	
13:30		13:30～14:15 Beauty Body (体験OK) Mizuki			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 Helloween Special Mizuki			
21:00		21:00～21:45 Waist (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 Helloween 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 Helloween 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 Helloween 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 Helloween 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）