

SurfFit池袋店 Lesson Schedule

更新日2023/10/20

2023/11/1~2023/11/15

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

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

- ・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池袋店 Lesson Schedule

更新日2023/10/20

2023/11/16~2023/11/30

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

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

【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)