

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

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

- ・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2023/10/20

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

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

【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)