

SurfFit池袋店 Lesson Schedule

更新日2023/11/20

2023/12/1~2023/12/15

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

	12月9日(土)	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)	
10:30	10:30~11:15 Balance Advance Hana	10:30~11:15 Legs Miku.A	定休日	10:30~11:15 Step to Burn Miku	10:30~11:30 Advance Aiko		10:30~11:15 Hip Pump Xmas Special Aiko	
12:00	12:00~12:45 Waist Remix Miku	12:00~13:00 Advance Miku		12:00~12:45 Back&Arm Chihiro	13:00~13:45 Abs Toki		12:00~12:45 Basic Fuuka	
13:30	13:30~14:15 Glamorous Hip Toki	13:45~14:30 Hip Pump Xmas Special Miku.A		13:30~14:15 Glamorous Hip Remix Aiko			13:30~14:15 Circuit Shape Step Onri	
15:00	15:00~15:45 Waist&Hip Hana	15:15~16:00 Pre SURF Aiko						
17:00	17:30~18:15 Power Beat Camp Aiko						17:30~18:15 Beauty Body Toki	
18:00					18:00~18:45 Balance Toki		18:00~18:45 Waist Remix Miku	18:00~18:45 Balance Advance Aiko
19:30					19:30~20:15 REGGAE MIX Aiko		19:30~20:15 Basic Toki	19:30~20:15 Balance Fuuka
21:00					21:00~21:45 Legs Toki		21:00~21:45 Waist&Hip Miku	21:00~21:45 Abs 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。

・レッスンの開始時刻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2023/11/20

2023/12/16~2023/12/31

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

	12月24日(日)	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30日(土)	12月31日(日)	
10:30	10:30~11:15 REGGAE MIX Aiko	定休日	10:30~11:15 Abs Toki	10:30~11:15 Basic Aiko		10:30~11:15 Balance Secret	休業日	休業日	
12:00	12:00~12:45 Beauty Body Remix Toki		12:00~12:45 Back&Arm Aiko	13:00~13:45 Balance Advance Toki		12:00~12:45 Step to Burn Toki			
13:30	13:30~14:15 Hip Pump Xmas Special Aiko		13:30~14:15 Legs Toki			13:30~14:15 Back&Arm Miku			
15:00	15:00~15:45 Balance Advance Toki					15:00~15:45 Abs Aiko			
17:00						17:30~18:15 Balance Toki			17:30~18:15 Hip Pump Secret
18:00				18:00~18:45 Pre SURF Miku		18:00~18:45 Waist Miku			19:00~19:45 Circuit Shape Step Aiko
19:30				19:30~20:30 Advance Aiko		19:30~20:15 Beauty Body Remix Toki			20:30~21:15 Hip Pump Miku
21:00				21:15~22:00 Power Beat Camp Miku		21:00~21:45 Waist&Hip Miku			

【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)