

SurfFit銀座店 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 Hip Pump Xmas Special Mizuki	10:30~11:15 Legs Miku.A	10:30~11:15 Balance Advance Akane	定休日	10:30~11:15 Waist (体験OK) Onri	10:30~11:15 Hip Pump Xmas Special Miku.A		10:30~11:15 Basic (体験OK) Onri	
12:00	12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki	12:00~12:45 Waist (体験OK) Akane	12:00~12:45 Balance Kana		12:00~12:45 Pre SURF (体験OK) Kana		13:00~13:45 Beauty Body (体験OK) Kana		12:00~12:45 Circuit Shape Step Onri
13:30	13:30~14:15 Back&Arm Akane	13:30~14:30 Advance Onri	13:30~14:15 Glamorous Hip Akane		13:30~14:15 Power Beat Camp Onri				13:30~14:15 Abs Akane
15:00		15:15~16:00 Abs Miku.A	15:00~15:45 Basic (体験OK) Kana						
17:00		17:30~18:15 Waist&Hip Akane						17:30~18:15 Power Beat Camp Mizuki	
18:00	18:00~18:45 Step to Burn Onri				18:00~18:45 Basic (体験OK) Miku.A	18:00~18:45 Waist&Hip Akane		19:00~19:45 Back&Arm Miku.A	18:00~19:00 Advance Akane
19:30	19:30~20:15 Basic (体験OK) Kana				19:30~20:15 Legs Miku.A	19:30~20:15 Glamorous Hip Akane		20:30~21:15 Surf Yoga (体験OK) Mizuki	19:45~20:30 Pre SURF (体験OK) Kana
21:00	21:00~21:45 Circuit Shape Step Onri				21:00~21:45 Balance Advance Mizuki	21:00~21:45 Basic (体験OK) Mizuki			21:15~22:00 Beauty Body (体験OK) Miku.A

	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 Surf Pilates (体験OK) Mizuki	10:30~11:15 Abs Mizuki	定休日	10:30~11:15 Balance Akane	10:30~11:15 Waist (体験OK) Akane		10:30~11:15 Waist&Hip Chihiro	
12:00	12:00~12:45 Circuit Shape Step Onri	12:00~12:45 Pre SURF (体験OK) Kana		12:00~12:45 Waist&Hip Akane	13:00~13:45 Balance Advance Miku.A		12:00~12:45 Glamorous Hip Akane	
13:30	13:30~14:15 Legs Mizuki	13:30~14:15 Back&Arm Onri		13:30~14:15 Step to Burn Miku.A			13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) Miku.A	
15:00	15:00~15:45 Beauty Body (体験OK) Kana	15:00~15:45 Hip Pump Xmas Special Mizuki						
17:00	17:30~18:15 Waist (体験OK) Onri				18:00~18:45 Glamorous Hip Miku.A	18:00~18:45 Balance Onri	17:30~18:15 Waist (体験OK) Onri	18:00~18:45 Back&Arm Mizuki
19:30				19:30~20:30 Advance Mizuki	19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Kana	19:30~20:15 Xmas Special Miku.A	20:30~21:15 Beauty Body (体験OK) Kana	19:30~20:15 Abs Mizuki
21:00				21:15~22:00 Legs Mizuki	21:00~21:45 Power Beat Camp Onri			21:00~21:45 Balance 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2023/11/20

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

	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 Balance Kana	定休日	10:30~11:15 Basic (体験OK) Kana	10:30~11:15 Step to Burn Mizuki		10:30~11:15 Back&Arm Mizuki	休業日	休業日	
12:00	12:00~12:45 Back&Arm Akane		12:00~12:45 Abs Mizuki	13:00~13:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki		12:00~12:45 Waist (体験OK) Onri			
13:30	13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) comingsoon		13:30~14:15 Legs Mizuki	15:00~15:45 Surf Yoga (体験OK) Akane		13:30~14:15 Waist&Hip Miku.A			
17:00			18:00~18:45 Hip Pump Onri	18:00~18:45 Glamorous Hip Miku.A		17:30~18:15 Basic (体験OK) Onri			17:30~18:30 Advance Onri
18:00			19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Miku.A	19:30~20:15 Abs Miku.A		19:00~19:45 Waist&Hip Akane			
19:30			21:00~21:45 Power Beat Camp Onri	21:00~21:45 Pre SURF (体験OK) Kana		20:30~21:15 Legs Miku.A			

【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)