

SurfFit梅田店 Lesson Schedule

更新日2023/12/20

2024/1/1~2024/1/15

	1月1日(月)	1月2日(火)	1月3日(水)	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)	1月7日(日)	1月8日(月)	
10:30	休業日	休業日	13:30~14:15 Basic (体験OK) Shoko	17:30~18:15 Hip Pump Ayuka	10:30~11:15 Balance Hana	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Shoko	10:30~11:15 Back&Chest Ayuka	定休日	
12:00					12:00~12:45 Circuit Shape Step Natsuki	12:00~12:45 Waist&Hip Natsuki	12:00~12:45 Waist (体験OK) Hana		
13:30					15:00~15:45 Back&Chest Natsuki	13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Hana	13:30~14:15 Power Beat Camp Hana		13:30~14:30 Advance Natsuki
15:00					16:30~17:15 Abs Shoko	15:00~15:45 Legs Shoko	15:15~16:00 Beauty Body (体験OK) Ayuka		
17:00					17:30~18:15 Basic (体験OK) Hana	16:30~17:15 Basic (体験OK) Hana	16:45~17:30 Step to Burn Natsuki		
18:00					18:00~18:45 Balance Advance Shoko	18:00~18:45 Hip Pump Natsuki			
19:30					19:00~19:45 Pre SURF (体験OK) Nana	19:30~20:15 Glamorous Hip Natsuki			
21:00					20:30~21:15 Back&Arm Hana	21:00~21:45 Basic (体験OK) Shoko			

	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)	1月13日(土)	1月14日(日)	1月15日(月)
10:30	10:30~11:15 Legs Shoko	10:30~11:15 Basic (体験OK) Nana	17:30~18:15 Beauty Body (体験OK) Hana	10:30~11:15 Waist (体験OK) Ayuka	10:30~11:15 Abs Shoko	10:30~11:15 Glamorous Hip Natsuki	定休日
12:00	12:00~12:45 Back&Arm Hana	12:00~12:45 Back&Chest Ayuka		12:00~13:00 Advance Shoko	12:00~12:45 Balance Hana	12:00~12:45 Beauty Body (体験OK) Ayuka	
13:30	13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) Shoko	13:30~14:15 Waist&Hip Nana		13:45~14:30 Hip Pump Ayuka	13:30~14:15 Basic (体験OK) Ayuka	13:30~14:15 Circuit Shape Step Hana	
15:00					15:00~15:45 Waist (体験OK) Shoko	15:00~15:45 Legs Ayuka	
17:00					16:30~17:15 Balance Advance Hana	16:30~17:15 Pre SURF (体験OK) Hana	
18:00	18:00~18:45 Power Beat Camp Ayuka	18:00~18:45 Surf Pilates (体験OK) Hana		19:00~20:00 Advance Shoko	18:00~18:45 Step to Burn Natsuki	18:00~18:45 Waist&Hip Ayuka	
19:30	19:30~20:15 Balance Hana	19:30~20:15 Back&Arm Shoko		20:45~21:30 Back&Chest Natsuki	19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Nana		
21:00	21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Ayuka	21:00~21:45 Abs Hana			21:00~21:45 Power Beat Camp Natsuki		

- ・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2024/12/20

2024/1/16~2024/1/31

	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)	1月21日(日)	1月22日(月)	1月23日(火)
10:30	10:30~11:15 Basic (体験OK) Nana	10:30~11:15 Power Beat Camp Ayuka		10:30~11:15 Glamorous Hip Ayuka	10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Shoko	10:30~11:15 Waist&Hip Hana	定休日	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki
12:00	12:00~12:45 Balance Hana	12:00~12:45 Step to Burn Natsuki		12:00~12:45 Surf Pilates (体験OK) Shoko	12:00~12:45 Back&Arm Hana	12:00~12:45 Hip Pump Natsuki		12:00~12:45 Waist&Hip Nana
13:30	13:30~14:30 Advance Natsuki	13:30~14:15 Waist (体験OK) Ayuka		13:30~14:15 Legs Ayuka	13:30~14:15 Step to Burn Natsuki	13:30~14:15 Basic (体験OK) Ayuka		13:30~14:15 Power Beat Camp Natsuki
15:00					15:00~15:45 Beauty Body (体験OK) Shoko	15:00~15:45 Balance Advance Hana		
17:00				17:30~18:15 Waist&Hip Nana	16:30~17:15 Abs Hana	16:30~17:15 Back&Chest Ayuka		
18:00	18:00~18:45 Pre SURF (体験OK) Hana	18:00~18:45 Circuit Shape Step Hana		19:00~19:45 Back&Arm Chihiro	18:00~18:45 Hip Pump Chihiro	18:00~18:45 Glamorous Hip Ayuka		18:00~18:45 Back&Chest Ayuka
19:30	19:30~20:15 Hip Pump Natsuki	19:30~20:15 Basic (体験OK) Nana		20:30~21:15 Waist (体験OK) Ayuka	19:30~20:15 Balance Shoko			19:30~20:15 Abs Shoko
21:00	21:00~21:45 Abs Shoko	21:00~21:45 Legs Shoko			21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki			21:00~21:45 Step to Burn Ayuka

	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)	1月28日(日)	1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)	
10:30	10:30~11:15 Glamorous Hip Ayuka		10:30~11:15 Balance Advance Shoko	10:30~11:30 Advance Natsuki	10:30~11:15 Legs Ayuka	定休日	10:30~11:15 Waist (体験OK) Hana	10:30~11:15 Hip Pump Ayuka	
12:00	12:00~12:45 Pre SURF (体験OK) Nana		12:00~12:45 Step to Burn Natsuki	12:15~13:00 Basic (体験OK) Ayuka	12:00~12:45 Circuit Shape Step Hana		12:00~12:45 Back&Chest Natsuki	12:00~12:45 Power Beat Camp Hana	
13:30	13:30~14:15 Back&Arm Ayuka		13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Shoko	13:45~14:30 Waist&Hip Hana	13:30~14:15 Surf Pilates (体験OK) Shoko		13:30~14:15 Balance Advance Hana	13:30~14:15 Circuit Shape Step Ayuka	
15:00				15:15~16:00 Hip Pump Natsuki	15:00~15:45 Abs Hana				
17:00			17:30~18:15 Abs Shoko	16:45~17:30 Back&Chest Ayuka	16:30~17:15 Pre SURF (体験OK) Shoko				
18:00	18:00~18:45 Waist (体験OK) Hana		19:00~19:45 Balance Advance Hana	18:00~18:45 Legs Ayuka	18:15~19:00 Power Beat Camp Hana			18:00~18:45 Basic (体験OK) Shoko	18:00~18:45 Glamorous Hip Natsuki
19:30	19:30~20:15 Balance Natsuki		20:30~21:15 Pre SURF (体験OK) Natsuki	19:30~20:15 Waist&Hip Natsuki				19:30~20:15 Power Beat Camp Coming soon	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Shoko
21:00	21:00~22:00 Advance Shoko			21:00~21:45 Glamorous Hip Ayuka				21:00~21:45 Back&Arm Shoko	21:00~21:45 Step to Burn Natsuki

【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)