

SurfFit銀座店 Lesson Schedule

更新日2024/4/20

2024/5/1~2024/5/15

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

	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)
10:00			10:00~10:45 Pre SURF (体験OK) Mizuki	10:00~10:45 Back&Arm Mizuki	定休日		
10:30		10:30~11:15 Abs Aiko				10:30~11:15 Basic (体験OK) Onri	10:30~11:15 Step to Burn Toki
11:30			11:30~12:15 Waist (体験OK) Onri	11:30~12:15 Beauty Body (体験OK) Toki			
12:00		12:00~12:45 Waist&Hip Onri				12:00~12:45 Circuit Shape Step Chihiro	
13:00			13:00~13:45 Glamorous Hip (体験OK) Toki	13:00~13:45 Balance Mizuki			13:00~13:45 Hip Pump Mizuki
13:30		13:30~14:15 Surf Pilates (体験OK) Aiko				13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Mizuki	
14:30			14:30~15:15 Waist&Hip Mizuki	14:30~15:15 Pre SURF (体験OK) Onri			
15:00							
16:00			16:00~16:45 Hip Pump Onri	16:00~16:45 Basic (体験OK) Toki			
17:00	17:00~17:45 Hip Pump Aiko						
17:30			17:30~18:15 Legs Toki	17:30~18:15 Step to Burn Onri			
18:00		18:00~18:45 Beauty Body (体験OK) Onri				18:00~18:45 Hot Workout Aiko	18:00~18:45 Pre SURF (体験OK) Aiko
18:30	18:15~19:00 Back&Arm Onri						
19:30	19:30~20:15 Power Beat Camp Mizuki	19:30~20:15 Back&Chest Toki				19:30~20:15 Abs Toki	19:30~20:15 Glamorous Hip (体験OK) Toki
20:00							
21:00	20:45~21:30 Pre SURF (体験OK) Mizuki	21:00~21:45 Balance Advance Toki				21:00~21:45 Waist (体験OK) Aiko	21:00~22:00 Advance Aiko

・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時間前まで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2024/4/20

2024/5/16~2024/5/31

	5月16日(木)	5月17日(金)	5月18日(土)	5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)	
10:00			10:00~10:45 Surf Pilates (体験OK) Mizuki	10:00~10:45 Abs Toki	定休日				
10:30		10:30~11:15 Glamorous Hip (体験OK) Aiko	11:30~12:15 Step to Burn Toki	11:30~12:15 Glamorous Hip (体験OK) Aiko		10:30~11:15 Power Beat Camp Onri	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Toki		
11:30		12:00~12:45 Pre SURF (体験OK) Mizuki	13:00~13:45 Waist (体験OK) Mizuki	13:00~13:45 Waist&Hip Onri		12:00~12:45 Hot Workout Aiko	13:00~14:00 Advance Mizuki		
12:00		13:30~14:15 Back&Chest Aiko	14:30~15:15 Balance Advance Mizuki	14:30~15:15 Beauty Body (体験OK) Toki		13:30~14:15 Basic (体験OK) Onri			
13:00			16:00~16:45 Basic (体験OK) Toki	16:00~16:45 Circuit Shape Step Aiko					
13:30			17:30~18:15 Balance Onri	17:30~18:15 Pre SURF (体験OK) Onri					
14:30									
15:00									
16:00									
17:00	17:00~17:45 Waist&Hip Aiko								17:00~17:45 Back&Chest Toki
17:30									
18:00		18:00~18:45 Basic (体験OK) Onri							
18:30	18:15~19:00 Balance Toki						18:00~18:45 Surf Pilates (体験OK) Mizuki	18:00~18:45 Legs Aiko	18:15~19:00 Abs Toki
19:30	19:30~20:15 Hot Workout Mizuki	19:30~20:15 Power Beat Camp Mizuki					19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Toki	19:30~20:15 Back&Arm Chihiro	19:30~20:15 Hip Pump Onri
20:00									
21:00	20:45~21:30 Waist (体験OK) Aiko	21:00~21:45 Hip Pump Onri					21:00~21:45 Waist&Hip Mizuki	21:00~21:45 Pre SURF (体験OK) Onri	20:45~21:30 Glamorous Hip (体験OK) Onri

	5月24日(金)	5月25日(土)	5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)		
10:00		10:00~10:45 Power Beat Camp Onri	休業日	定休日						
10:30	10:30~11:15 Step to Burn Aiko	11:30~12:15 Pre SURF (体験OK) Mizuki			10:30~11:15 Legs Toki	10:30~11:15 Waist (体験OK) Aiko			10:30~11:15 Hip Pump Mizuki	
11:30		13:00~14:00 Advance Onri			12:00~12:45 Waist (体験OK) Onri	13:00~13:45 Back&Arm Mizuki			12:00~12:45 Basic (体験OK) Mizuki	
12:00	12:00~12:45 Glamorous Hip (体験OK) Toki	14:45~15:30 Waist&Hip Mizuki			13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Toki	18:00~18:45 Back&Chest Aiko	18:00~18:45 Beauty Body (体験OK) Toki	17:00~17:45 Legs Onri	13:30~14:30 Advance Aiko	
13:00										
13:30	13:30~14:15 Hip Pump Aiko									
14:30										
15:00										
16:00		16:15~17:00 Glamorous Hip (体験OK) Onri								
17:00		17:45~18:30 Abs Mizuki						18:15~19:00 Hot Workout Mizuki	18:00~18:45 Glamorous Hip (体験OK) Toki	
17:30										
18:00	18:00~18:45 Balance Advance Mizuki									
18:30										
19:30	19:30~20:15 Basic (体験OK) Toki						19:30~20:15 Back&Arm Onri	19:30~20:15 Balance Toki	19:30~20:15 Abs Mizuki	
20:00										
21:00	21:00~21:45 Legs Mizuki						21:00~21:45 Pre SURF (体験OK) Aiko	21:00~21:45 Hip Pump Mizuki	20:45~21:30 Basic (体験OK) Onri	21:00~21:45 Waist&Hip Onri

【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)