

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

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

・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2024/4/20

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

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

【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)