

SurfFit銀座店 Lesson Schedule

更新日2024/5/20

2024/6/1~2024/6/15

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

	6月9日(日)	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)	
10:00	10:00~10:45 Balance Onri	定休日					10:00~10:45 Back&Arm Aiko	
10:30			10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Mizuki	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Toki		10:30~11:30 Advance Onri		
11:30	11:30~12:15 Balance Advance Aiko			12:00~12:45 Back&Arm Chihiro	13:00~13:45 Hot Workout Mizuki		12:15~13:00 Back&Chest Toki	11:30~12:15 Step to Burn Onri
12:00								
13:00	13:00~13:45 Hip Pump Mizuki			13:30~14:15 Waist&Hip Mizuki			13:45~14:30 Glamorous Hip (体験OK) Onri	13:00~13:45 Balance Toki
13:30								
14:30	14:30~15:15 Basic (体験OK) Onri							14:30~15:15 Pre SURF (体験OK) Aiko
15:00								
16:00	16:00~16:45 Legs Aiko							16:00~16:45 Glamorous Hip (体験OK) Toki
17:00						17:00~17:45 Abs Toki		17:30~18:15 Hip Pump Onri
17:30	17:30~18:15 Beauty Body (体験OK) Mizuki			18:00~18:45 Step to Burn Toki	18:00~18:45 Waist (体験OK) Aiko	18:15~19:00 Circuit Shape Step Mizuki	18:00~18:45 Basic (体験OK) Toki	
18:00								
18:30								
19:30				19:30~20:30 Advance Aiko	19:30~20:15 Glamorous Hip (体験OK) Onri	19:30~20:15 Hip Pump Aiko	19:30~20:15 Hot Workout Mizuki	
20:00								
21:00				21:15~22:00 Basic (体験OK) Toki	21:00~21:45 Power Beat Camp Aiko	20:45~21:30 Beauty Body (体験OK) Onri	21:00~21:45 Surf Yoga (体験OK) Mizuki	

・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2024/5/20

2024/6/16~2024/6/30

	6月16日(日)	6月17日(月)	6月18日(火)	6月19日(水)	6月20日(木)	6月21日(金)	6月22日(土)	6月23日(日)	
10:00	10:00~11:00 Advance Mizuki	定休日					10:00~10:45 Beauty Body (体験OK) Toki	10:00~10:45 Power Beat Camp Onri	
10:30			10:30~11:15 Basic (体験OK) Onri	10:30~11:15 Circuit Shape Step Mizuki		10:30~11:15 Waist&Hip Onri			
11:30								11:30~12:15 Waist&Hip Onri	11:30~12:15 Abs Mizuki
12:00	11:45~12:30 Basic (体験OK) Toki			12:00~12:45 Back&Chest Toki		12:00~12:45 Hot Workout Aiko			
13:00	13:15~14:00 Step to Burn Aiko				13:00~13:45 Beauty Body (体験OK) Toki		13:00~13:45 Pre SURF (体験OK) Onri	13:00~13:45 Hot Workout Mizuki	13:00~13:45 Pre SURF (体験OK) Aiko
14:30								14:30~15:15 Back&Chest Toki	14:30~15:15 Glamorous Hip (体験OK) Onri
15:00	14:45~15:30 Legs Mizuki								
16:00								16:00~16:45 Waist (体験OK) Onri	16:00~16:45 Hip Pump Mizuki
17:00	16:15~17:00 Surf Yoga (体験OK) Aiko					17:00~17:45 Basic (体験OK) Aiko			
17:30	17:45~18:30 Glamorous Hip (体験OK) Toki			18:00~18:45 Pre SURF (体験OK) Mizuki	18:00~19:00 Advance Chihiro	18:15~19:00 Step to Burn Toki	18:00~18:45 Power Beat Camp Comingsoon		17:30~18:15 Balance Mizuki
18:30									
19:30				19:30~20:15 Balance Advance Toki	19:45~20:30 Basic (体験OK) Chihiro	19:30~20:15 Back&Arm Onri	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Mizuki		
20:00									
21:00				21:00~21:45 Legs Mizuki	21:15~22:00 Glamorous Hip (体験OK) Aiko	20:45~21:30 Balance Aiko	21:00~21:45 Abs Toki		

	6月24日(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)	6月30日(日)	
10:00	定休日					10:00~10:45 Back&Chest Aiko	10:00~10:45 Hot Workout Mizuki	
10:30		10:30~11:15 Pre SURF (体験OK) Onri	10:30~11:15 Back&Arm Mizuki		10:30~11:15 Basic (体験OK) Mizuki			
11:30						11:30~12:15 Glamorous Hip (体験OK) Toki	11:30~12:15 Waist (体験OK) Onri	
12:00			12:00~12:45 Step to Burn Toki		12:00~12:45 Waist (体験OK) Aiko	13:00~13:45 Basic (体験OK) Onri	13:00~13:45 Waist&Hip Aiko	
13:00				13:00~13:45 Glamorous Hip (体験OK) Onri				
13:30			13:30~14:15 Balance Toki			13:30~14:15 Hip Pump Mizuki		
14:30							14:30~15:15 Balance Advance Aiko	14:30~15:15 Beauty Body (体験OK) Toki
15:00								
16:00							16:00~16:45 Pre SURF (体験OK) Onri	16:00~16:45 Basic (体験OK) Toki
17:00					17:00~17:45 Hip Pump Onri			
17:30							17:30~18:15 Power Beat Camp Comingsoon	17:30~18:30 Advance Onri
18:00			18:00~18:45 Surf Yoga (体験OK) Mizuki	18:00~18:45 Beauty Body (体験OK) Toki	18:15~19:00 Back&Arm Aiko	18:00~18:45 Legs Toki		
18:30								
19:30			19:30~20:15 Waist&Hip Onri	19:30~20:15 Waist (体験OK) Aiko	19:30~20:15 Abs Mizuki	19:30~20:15 Pre SURF (体験OK) Aiko		
20:00								
21:00		21:00~21:45 Hot Workout Mizuki	21:00~21:45 Hip Pump Aiko	20:45~21:30 Glamorous Hip (体験OK) Onri	21:00~21:45 Back&Chest Toki			

【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)