

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 | 11:30~12:15 Legs Onri |
| 11:30 | 11:30~12:30 Advance Mizuki | 11:30~12:15 Back&Chest Toki | | | 12:00~12:45 Basic (体験OK) Aiko | 13:00~13:45 Pre SURF (体験OK) Aiko | 12:00~12:45 Waist&Hip Onri | 13:00~13:45 Glamorous Hip (体験OK) Aiko |
| 12:00 | | | | | 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 |
| 13:00 | 13:15~14:00 Abs Toki | 13:00~13:45 Pre SURF (体験OK) Mizuki | | | | | | 16:00~16:45 Hot Workout Aiko |
| 13:30 | | 14:30~15:15 Back&Arm Onri | | | | | | 17:30~18:15 Pre SURF (体験OK) Onri |
| 14:30 | 14:45~15:30 Basic (体験OK) Aiko | 16:00~16:45 Glamorous Hip (体験OK) Toki | | | 18:00~18:45 Circuit Shape Step Onri | 18:00~18:45 Waist&Hip Chihiro | 17:00~17:45 Back&Chest Aiko | |
| 15:00 | | | | | | | 18:15~19:00 Legs Toki | 18:00~18:45 Basic (体験OK) Mizuki |
| 16:00 | 16:15~17:00 Beauty Body (体験OK) Mizuki | 17:30~18:15 Waist&Hip Mizuki | | | | | | |
| 17:00 | | | | | 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 |
| 17:30 | 17:45~18:30 Balance Toki | | | | | | 20:45~21:30 Glamorous Hip (体験OK) Aiko | 21:00~21:45 Back&Arm Mizuki |
| 18:00 | | | | | 21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Onri | 21:00~21:45 Hot Workout Mizuki | | |
| 18:30 | | | | | | | | |
| 19:30 | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | |

| | 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 | 11:30~12:15 Step to Burn 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 | 13:00~13:45 Balance Toki |
| 12:00 | | | | | | | |
| 13:00 | 13:00~13:45 Hip Pump Mizuki | | | | | 13:45~14:30 Glamorous Hip (体験OK) Onri | 14:30~15:15 Pre SURF (体験OK) Aiko |
| 13:30 | | | | 13:30~14:15 Waist&Hip Mizuki | | | 16:00~16:45 Glamorous Hip (体験OK) Toki |
| 14:30 | 14:30~15:15 Basic (体験OK) Onri | | | | | | 17:30~18:15 Hip Pump Onri |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | 16:00~16:45 Legs Aiko | | | | | 17:00~17:45 Abs Toki | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 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 | | | | | 13:00~13:45 Beauty Body (体験OK) Toki | | | 13:00~13:45 Hot Workout Mizuki | 13:00~13:45 Pre SURF (体験OK) Aiko |
| 13:30 | 13:15~14:00 Step to Burn Aiko | | | 13:30~14:30 Advance Onri | | 13:30~14:15 Pre SURF (体験OK) Onri | | | |
| 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 | | | | | | | | 17:30~18:15 Balance Mizuki | 17:30~18:15 Circuit Shape Step Aiko |
| 18:00 | 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 | | 18:00~18:45 Power Beat Camp Mizuki | | |
| 18:30 | | | | | | 18:15~19:00 Step to Burn Toki | | | |
| 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 | | 13:00~13:45 Glamorous Hip (体験OK) Onri | | 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 | | | | | | 13:30~14:15 Hip Pump Mizuki | | |
| 13:30 | | 13:30~14:15 Balance Toki | | | | | 14:30~15:15 Balance Advance Aiko | 14:30~15:15 Beauty Body (体験OK) Toki |
| 14:30 | | | | | | | | |
| 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 | | 17:30~18:15 Power Beat Camp Comingsoon | 17:30~18:30 Advance Onri |
| 17:30 | | | | | | | | |
| 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)