

# SurfFit梅田店 Lesson Schedule

更新日2024/7/24

## 2024/7/1~2024/7/15

	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)	7月6日(土)	7月7日(日)	7月8日(月)				
10:30	定休日	10:30~11:15 Back&Chest Shoko	10:30~11:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki		10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki	10:30~11:15 Legs Shoko	10:30~11:15 Pre Basic (体験OK) Nana	定休日				
12:00		12:00~12:45 Hip Pump Natsuki	13:00~13:45 Balance Advance Hana		12:00~12:45 Hot Workout Nana	12:00~12:45 Basic (体験OK) Nana	12:00~12:45 Back&Arm Hana					
13:30		13:30~14:15 Glamorous Hip (体験OK) Shoko			13:30~14:15 Balance Natsuki	13:30~14:30 Advance Shoko	13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Shoko					
15:00					15:15~16:00 Waist (体験OK) Hana	15:00~15:45 Power Beat Camp Hana	16:30~17:15 Balance Shoko					
17:00					17:00~17:45 Hip Pump Natsuki		18:00~18:45 Back&Chest Shoko		18:00~18:45 Step to Burn Nana			
18:00		18:00~18:45 Waist (体験OK) Hana	18:00~18:45 Hot Workout Nana		18:15~19:00 Abs Hana		19:30~20:15 Circuit Shape Step Natsuki		19:30~20:15 Surf Pilates (体験OK) Hana	19:30~20:15 Waist&Hip Nana	19:30~20:15 Basic (体験OK) Nana	20:45~21:30 Beauty Body (体験OK) Natsuki
19:30		21:00~21:45 Pre Basic (体験OK) Hana	21:00~21:45 Legs Nana		21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki	21:00~22:00 Advance Shoko						

	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)	7月15日(月)		
10:30	10:30~11:15 Basic (体験OK) Natsuki	10:30~11:15 Back&Arm Hana		10:30~11:30 Advance Natsuki	10:30~11:15 Glamorous Hip (体験OK) Shoko	10:30~11:15 Hot Workout Nana	定休日		
12:00	12:00~12:45 Abs Hana	13:00~13:45 Glamorous Hip (体験OK) Shoko		12:15~13:00 Waist&Hip Nana	12:00~12:45 Circuit Shape Step Nana	12:00~12:45 Basic (体験OK) Hana			
13:30	13:30~14:15 Waist (体験OK) Natsuki			13:45~14:30 Basic (体験OK) Natsuki	13:30~14:15 Pre Basic (体験OK) Shoko	13:30~14:30 Advance Shoko			
15:00				15:00~15:45 Legs Nana	15:15~16:00 Abs Hana	16:45~17:30 Beauty Body (体験OK) Shoko			
17:00		17:00~17:45 Hot Workout Natsuki		18:00~18:45 Back&Arm Shoko	18:00~18:45 Hip Pump Hana				
18:00	18:00~18:45 Pre Basic (体験OK) Shoko	18:00~18:45 Back&Chest Shoko		18:15~19:00 Power Beat Camp Chihiro	19:30~20:15 Balance Advance Hana	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki		19:30~20:15 Legs Nana	19:30~20:15 Step to Burn Nana
19:30	21:00~21:45 Balance Shoko	21:00~21:45 Hot Workout Nana		20:45~21:30 Pre Basic (体験OK) Chihiro	21:00~21:45 Glamorous Hip (体験OK) 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2024/7/24

## 2024/7/16~2024/7/31

	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)
10:30	10:30~11:15 Pre Basic (体験OK) Shoko	10:30~11:15 Hot Workout Natsuki		10:30~11:15 Step to Burn Nana	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Hana	10:30~11:15 Power Beat Camp Nana	定休日	10:30~11:15 Balance Hana
12:00	12:00~12:45 Waist&Hip Nana	13:00~13:45 Basic (体験OK) Hana		12:00~12:45 Surf Pilates (体験OK) Hana	12:00~13:00 Advance Shoko	12:00~12:45 Waist (体験OK) Hana		12:00~12:45 Glamorous Hip (体験OK) Shoko
13:30	13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Shoko			13:30~14:15 Power Beat Camp Nana	13:45~14:30 Back&Arm Hana	13:30~14:15 Balance Advance Shoko		13:30~14:15 Circuit Shape Step Hana
15:00					15:15~16:00 Glamorous Hip (体験OK) Shoko	15:00~15:45 Pre Basic (体験OK) Hana		
17:00			17:00~17:45 Abs Hana			16:30~17:15 Back&Chest Shoko		
18:00	18:00~18:45 Hip Pump Natsuki	18:00~18:45 Pre Basic (体験OK) Shoko	18:15~19:15 Advance Shoko	18:00~18:45 Balance Natsuki	18:00~18:45 Hot Workout Natsuki			18:00~18:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki
19:30	19:30~20:15 Power Beat Camp Nana	19:30~20:15 Back&Arm Hana	19:45~20:30 Step to Burn Nana	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Hana				19:30~20:15 Abs Shoko
21:00	21:15~22:00 Glamorous Hip (体験OK) Natsuki	21:00~21:45 Back&Chest Shoko	21:00~21:45 Basic (体験OK) Shoko	21:00~21:45 Circuit Shape Step Natsuki				21:00~21:45 Step to Burn Natsuki

	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)
10:30	10:30~11:15 Waist (体験OK) Natsuki		10:30~11:15 Back&Arm Shoko	10:30~11:15 Basic (体験OK) Shoko	10:30~11:15 Surf Pilates (体験OK) Hana	定休日	10:30~11:15 Legs Nana	10:30~11:30 Advance Natsuki
12:00	13:00~13:45 Power Beat Camp Hana		12:00~12:45 Legs Nana	12:00~12:45 Hip Pump Hana	12:00~12:45 Hot Workout Nana		12:00~12:45 Pre Basic (体験OK) Natsuki	13:00~13:45 Beauty Body (体験OK) Shoko
13:30			13:30~14:15 Glamorous Hip (体験OK) Shoko	13:30~14:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki	13:30~14:15 Abs Hana		13:30~14:15 Step to Burn Nana	
15:00				15:00~15:45 Balance Advance Hana	15:00~15:45 Waist&Hip Natsuki			
17:00		17:00~17:45 Waist&Hip Hana			16:30~17:15 Basic (体験OK) Nana			
18:00	18:00~18:45 Balance Hana	18:15~19:00 Hot Workout Natsuki	18:00~18:45 Basic (体験OK) Natsuki	18:00~18:45 Back&Chest Natsuki			18:00~18:45 Glamorous Hip (体験OK) Shoko	18:00~18:45 Pre Basic (体験OK) Nana
19:30	19:30~20:15 Basic (体験OK) Shoko	19:30~20:15 Hip Pump Hana	19:30~20:15 Waist&Hip Shoko				19:30~20:30 Advance Natsuki	19:30~20:15 Balance Shoko
21:00	21:00~22:00 Advance Shoko	20:45~21:30 Glamorous Hip (体験OK) Natsuki	21:00~21:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki				21:15~22:00 Waist (体験OK) Shoko	21:00~21:45 Hot Workout 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)