

SurfFit梅田店 Lesson Schedule

更新日2024/8/17

2024/8/1~2024/8/15

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

	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)
10:30	10:30~11:15 Basic (体験OK) Nana	10:30~11:15 Hot Workout Natsuki	10:30~11:15 Power Beat Camp Hana	定休日	10:30~11:30 Advance Shoko	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki	
12:00	12:00~12:45 Waist&Hip Natsuki	12:00~12:45 Glamorous Hip (体験OK) Shoko	12:00~12:45 Waist (体験OK) Shoko		12:15~13:00 Power Beat Camp Nana	13:00~13:45 Hot Workout Nana	
13:30	13:30~14:15 Legs Nana	13:30~14:15 Balance Natsuki	13:30~14:15 Back&Arm Hana		13:45~14:30 Pre Basic (体験OK) Shoko		
15:00		15:00~15:45 Hip Pump Hana	15:00~15:45 Beauty Body (体験OK) Shoko				
17:00							17:00~17:45 Step to Burn Nana
18:00	18:00~18:45 Back&Chest Special ver. Shoko	18:00~18:45 Abs Shoko	18:00~18:45 Legs Nana		18:00~18:45 Surf Yoga (体験OK) Natsuki	18:00~18:45 Abs Hana	18:15~19:00 Glamorous Hip (体験OK) Shoko
19:30	19:30~20:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki				19:30~20:15 Circuit Shape Step Nana	19:30~20:15 Basic (体験OK) Nana	19:30~20:15 Back&Arm Special ver. Hana
21:00	21:00~21:45 Balance Shoko				21:00~21:45 Waist (体験OK) Natsuki	21:00~21:45 Balance Advance Hana	20:45~21:30 Pre Basic (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。

・レッスンの開始時刻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2024/8/17

2024/8/16~2024/8/31

	8月16日(金)	8月17日(土)	8月18日(日)	8月19日(月)	8月20日(火)	8月21日(水)	8月22日(木)	8月23日(金)					
10:30	10:30~11:15 Legs Natsuki	10:30~11:15 Basic (体験OK) Nana	10:30~11:15 Hip Pump Hana	定休日	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Shoko	10:30~11:15 Step to Burn Nana		10:30~11:15 Back&Arm Hana					
12:00	12:00~12:45 Pre Basic (体験OK) Hana	12:00~13:00 Advance Shoko	12:00~12:45 Surf Yoga (体験OK) Natsuki		12:00~12:45 Waist&Hip Nana	13:00~13:45 Basic (体験OK) Natsuki		12:00~12:45 Glamorous Hip (体験OK) Natsuki					
13:30	13:30~14:15 Abs Shoko	13:45~14:30 Pre Basic (体験OK) Hana	13:30~14:15 Balance Advance Shoko		13:30~14:15 Balance Natsuki			13:30~14:15 Abs Hana					
15:00		15:15~16:00 Circuit Shape Step Nana	15:00~15:45 Abs Special ver. Hana										
17:00			16:45~17:30 Beauty Body (体験OK) Shoko							17:00~17:45 Balance Advance Hana			
18:00	18:00~18:45 Waist (体験OK) Natsuki		18:00~18:45 Glamorous Hip (体験OK) Shoko							18:00~19:00 Advance Shoko	18:00~19:00 WorkShop お腹Special Secret	18:15~19:00 Beauty Body (体験OK) Natsuki	18:00~18:45 Pre Basic (体験OK) Nana
19:30	19:30~20:15 Waist&Hip Hana									19:45~20:30 Glamorous Hip (体験OK) Natsuki	19:45~20:30 Waist (体験OK) Special ver. Natsuki	19:30~20:15 Back&Chest Natsuki	19:30~20:15 Power Beat Camp Hana
21:00	21:00~21:45 Back&Chest Shoko									21:15~22:00 Legs Nana	21:15~22:00 Back&Arm Shoko	20:45~21:30 Basic (体験OK) Nana	21:00~21:45 Hot Workout Nana

	8月24日(土)	8月25日(日)	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)				
10:30	10:30~11:15 Beauty Body (体験OK) Shoko	10:30~11:15 Balance Natsuki	定休日	10:30~11:15 Circuit Shape Step Nana	10:30~11:15 Basic (体験OK) Nana		10:30~11:15 Surf Yoga (体験OK) Natsuki	10:30~11:15 Hip Pump Special ver. Hana				
12:00	12:00~12:45 Power Beat Camp Nana	12:00~12:45 Step to Burn Hana		12:00~12:45 Waist (体験OK) Hana	13:00~13:45 Back&Chest Shoko		12:00~12:45 Back&Arm Hana	12:00~12:45 Back&Chest Shoko				
13:30	13:30~14:15 Waist (体験OK) Special ver. Natsuki	13:30~14:15 Glamorous Hip (体験OK) Natsuki		13:30~14:15 Legs Nana				13:30~14:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki	13:30~14:30 WorkShop お腹Special Secret			
15:00	15:00~16:00 Advance Shoko	15:00~15:45 Hip Pump Nana		16:30~17:15 Waist&Hip Hana				17:00~17:45 Glamorous Hip (体験OK) Shoko	15:15~16:00 Balance Hana			
17:00								18:00~18:45 Waist&Hip Special ver. Nana	18:00~18:45 Beauty Body (体験OK) Shoko	18:15~19:00 Step to Burn Natsuki	18:00~18:45 Hip Pump Nana	18:00~18:45 Hot Workout Nana
18:00								18:00~18:45 Pre Basic (体験OK) Nana	19:30~20:15 Pre Basic (体験OK) Hana	19:30~20:30 Advance Natsuki	19:30~20:15 Hot Workout Nana	19:30~20:15 Basic (体験OK) Hana
19:30								21:00~21:45 Back&Arm Shoko	21:15~22:00 Abs Hana	20:45~21:30 Beauty Body (体験OK) Natsuki	21:00~21:45 Power Beat Camp Nana	
21:00								21:00~21:45 Back&Arm Shoko	21:15~22:00 Abs Hana	21:15~22:00 Abs Hana	21:00~21:45 Power Beat Camp 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)