

Surffit銀座店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 Advance	10:00～10:45 Step to Burn	10:00～10:45 Pilates×Yoga	定休日	10:00～10:45 Hip Pump (体験OK)	10:30～11:15 Step to Burn	
	Onri	Toki	Aiko		Onri	Aiko	
	12:15～13:00 Balance	11:30～12:15 Waist (体験OK)	11:30～12:30 Advance		11:30～12:15 Pre Basic (体験OK)	12:00～12:45 Back&Chest	
	Toki	Mayu	Onri		Aiko	Onri	
	13:45～14:30 Back&Chest	13:00～13:45 Hot Workout	13:15～14:00 Hip Pump (体験OK)		13:00～13:45 Abs (体験OK)		
	Onri	Toki	Onri		Toki		
		14:30～15:15 Legs	14:45～15:30 Glamorous Hip		14:30～15:15 Back&Arm		
		Aiko	Mayu		Aiko		
		16:00～16:45 Waist&Hip	16:15～17:00 Circuit Shape Step		16:00～16:45 Balance		
		Mayu	Aiko		Onri		
17:00～17:45 Abs (体験OK)		17:30～18:15 Back&Arm	17:45～18:30 Basic (体験OK)		17:30～18:15 Power Beat Camp (体験OK)		17:00～17:45 Power Beat Camp (体験OK)
Onri		Aiko	Mayu		Toki		Toki
18:15～19:00 Pre Basic (体験OK)	18:00～18:45 Hip Pump (体験OK)					18:00～18:45 Glamorous Hip	18:15～19:00 Waist (体験OK)
Toki	Toki					Mayu	Mayu
19:30～20:15 Circuit Shape Step	19:30～20:15 Basic (体験OK)					19:30～20:15 Pre Basic (体験OK)	19:30～20:15 Balance Advance
Aiko	Mayu					Toki	Toki
20:45～21:30 Beauty Body (体験OK)	21:00～21:45 Waist (体験OK)					21:00～21:45 Hot Workout	20:45～21:30 Basic (体験OK)
Aiko	Mayu					Toki	Mayu

Surffit銀座店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:15 Waist&Hip	10:00～10:45 Glamorous Hip	10:00～10:45 Hot Workout	定休日	10:30～11:15 Legs	10:30～11:15 Waist (体験OK)		10:30～11:15 Circuit Shape Step
Mayu	Mayu	Aiko		Toki	Mayu		Aiko
12:00～12:45 Legs	11:30～12:15 Back&Arm	11:30～12:15 Waist (体験OK)		12:00～12:45 Abs (体験OK)	12:00～12:45 Balance Advance		12:00～12:45 Glamorous Hip
Toki	Onri	Mayu		Aiko	Toki		Mayu
13:30～14:15 Waist (体験OK)	13:00～13:45 Balance	13:00～13:45 Power Beat Camp (体験OK)		13:30～14:15 Hot Workout			13:30～14:15 Pre Basic (体験OK)
Mayu	Onri	Toki		Toki			Aiko
	14:30～15:15 Hip Pump (体験OK)	14:30～15:15 Beauty Body (体験OK)					
	Aiko	Aiko					
	16:00～16:45 Basic (体験OK)	16:00～16:45 Waist&Hip					
	Mayu	Mayu					
	17:30～18:15 Pre Basic (体験OK)	17:30～18:15 Back&Chest				17:00～17:45 Beauty Body (体験OK)	
	Aiko	Toki				Toki	
18:00～19:00 Advance				18:00～18:45 Basic (体験OK)	18:00～18:45 Step to Burn	18:15～19:00 Hot Workout	18:00～18:45 Waist&Hip
Onri				Mayu	Onri	Toki	Mayu
19:45～20:30 Abs (体験OK)				19:30～20:15 Hip Pump (体験OK)	19:30～20:30 Advance	19:30～20:15 Power Beat Camp (体験OK)	19:30～20:15 Pilates×Yoga
Toki				Aiko	Aiko	Onri	Onri
21:15～20:00 Beauty Body (体験OK)				21:00～21:45 Waist&Hip	21:15～20:00 Beauty Body (体験OK)	20:45～21:30 Back&Chest	21:00～21:45 Back&Arm
Onri				Mayu	Aiko	Onri	Onri

・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時間前を切ったの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【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:00～10:45 Abs (体験OK) Toki	休業日	定休日	10:30～11:15 Power Beat Camp (体験OK) Aiko	10:30～11:15 Abs (体験OK) Shoko		10:30～11:15 Step to Burn Onri	10:00～10:45 Circuit Shape Step Onri
11:30～12:15 Hip Pump (体験OK) Toki			12:00～12:45 Balance Shoko	12:00～13:00 Advance Shoko		12:00～12:45 Basic (体験OK) Mayu	11:30～12:15 Abs (体験OK) Onri
13:00～13:45 Beauty Body (体験OK) Onri			13:30～14:15 Back&Arm Shoko			13:30～14:15 Hip Pump (体験OK) Onri	13:00～13:45 Pre Basic (体験OK) Aiko
14:30～15:15 Basic (体験OK) Mayu							14:30～15:30 Advance Aiko
16:00～17:00 Advance Onri							16:15～17:00 Pilates×Yoga Onri
17:45～18:30 Glamorous Hip Mayu					17:00～17:45 Back&Arm Onri		17:45～18:30 Legs Aiko
			18:00～18:45 Waist (体験OK) Mayu	18:00～18:45 Circuit Shape Step Onri	18:15～19:00 Back&Chest Toki	18:00～18:45 Glamorous Hip Mayu	
			19:30～20:15 Balance Advance Aiko	19:30～20:15 Waist&Hip Mayu	19:30～20:15 Balance Onri	19:30～20:15 Hot Workout Aiko	
			21:00～21:45 Glamorous Hip Mayu	21:00～21:45 Legs Onri	20:45～21:30 Hip Pump (体験OK) Toki	21:00～21:45 Pre Basic (体験OK) Aiko	

Surffit銀座店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:00～10:45 Back&Chest Toki	定休日	10:30～11:15 Waist&Hip Mayu	10:30～11:15 Pilates×Yoga Aiko		10:30～11:15 Abs (体験OK) Onri	10:00～10:45 Legs Aiko
11:30～12:15 Basic (体験OK) Mayu		12:00～12:45 Hip Pump (体験OK) Onri	12:00～12:45 Circuit Shape Step Aiko		12:00～12:45 Waist (体験OK) Chihiro	11:30～12:15 Hot Workout Toki
13:00～13:45 Hot Workout Toki		13:30～14:15 Glamorous Hip Mayu			13:30～14:15 Back&Arm Chihiro	13:00～13:45 Step to Burn Onri
14:30～15:15 Waist (体験OK) Mayu						14:30～15:15 Balance Advance Aiko
16:00～16:45 Beauty Body (体験OK) Toki						16:00～16:45 Back&Chest Onri
17:30～18:15 Waist&Hip Mayu				17:00～17:45 Balance Shoko		17:30～18:15 Beauty Body (体験OK) Toki
		18:00～18:45 Back&Arm Aiko	18:00～18:45 Pre Basic (体験OK) Toki	18:15～19:15 Advance Shoko	18:00～18:45 Power Beat Camp (体験OK) Toki	
		19:30～20:15 Back&Chest Onri	19:30～20:15 Glamorous Hip Mayu	19:45～20:30 Abs (体験OK) Onri	19:30～20:15 Legs Toki	
		21:00～21:45 Balance Aiko	21:00～21:45 Hip Pump (体験OK) Toki	21:00～21:45 Beauty Body (体験OK) comingsoon	21:00～21:45 Waist&Hip Mayu	

【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)