

SurfFit 梅田店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/07/31 更新	
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	定休日	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15
Pilates×Yoga	Balance	【Renewal】 SteptoBurn		CircuitShapeStep	HipPump		Basic (体験OK)
Mizuki	Madoka	Mizuki		Natsuki	Mizuki		Haruna
12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 12:45
Back&Arm	HotWorkout	HipPump		Pre Basic (体験OK)	Workshop		Waist (体験OK)
Madoka	Natsuki	Natsuki		Natsuki	Comingsoon		Haruna
13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:15			13:30 ~ 14:15
Legs	Waist (体験OK)	Advance		Waist&Hip			Beauty Body (体験OK)
Mizuki	Haruna	Madoka		Mizuki			Madoka
	15:00 ~ 15:45	15:15 ~ 16:00					
	Beauty Body (体験OK)	Pre Basic (体験OK)					
	Madoka	Natsuki					
	16:30 ~ 17:15	16:45 ~ 17:30					
	GlamorousHip	Basic (体験OK)					
	Natsuki	Haruna					
						17:00 ~ 17:45	
						Back&Chest	
						Mizuki	
18:00 ~ 18:45				18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45
Back&Chest				GlamorousHip	Basic (体験OK)	Balance	PowerBeatCamp (体験OK)
Natsuki				Mizuki	Haruna	Madoka	Natsuki
19:30 ~ 20:15				19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15
Basic (体験OK)				BalanceAdvance	【Renewal】 SteptoBurn	Abs (体験OK)	Legs
Haruna				Mizuki	Natsuki	Mizuki	Madoka
21:00 ~ 21:45				21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45
Waist&Hip				Waist (体験OK)	GlamorousHip	Back&Arm	HipPump
Natsuki				Haruna	Natsuki	Madoka	Natsuki

SurfFit 梅田店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/07/31 更新	
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	定休日	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15
Waist&Hip	Beauty Body (体験OK)		Balance	BalanceAdvance		Legs	Back&Chest
Natsuki	Madoka		Madoka	Natsuki		Madoka	Shoko
12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45
Basic (体験OK)	Back&Chest		PowerBeatCamp (体験OK)	Beauty Body (体験OK)		Basic (体験OK)	CircuitShapeStep
Haruna	Natsuki		Natsuki	Madoka		Haruna	Mizuki
13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15		13:30 ~ 14:15	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15
CircuitShapeStep	GlamorousHip		Back&Arm	お試し体験会 手ぶらOK		Balance	Beauty Body (体験OK)
Natsuki	Natsuki		Madoka	Comingsoon		Madoka	Shoko
15:00 ~ 15:45	15:00 ~ 16:00						15:00 ~ 15:45
Waist (体験OK)	Advance						Abs (体験OK)
Haruna	Madoka						Shoko
16:30 ~ 17:15	16:45 ~ 17:30						16:30 ~ 17:15
Pilates×Yoga	Legs						Balance
Natsuki	Madoka						Madoka
					17:00 ~ 17:45		
					Pre Basic (体験OK)		
					Mizuki		
			18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	
			Abs (体験OK)	Back&Arm	Beauty Body (体験OK)	Waist (体験OK)	
			Natsuki	Madoka	Madoka	Haruna	
			19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	
			HotWorkout	Waist (体験OK)	PowerBeatCamp (体験OK)	HipPump	
			Natsuki	Haruna	Mizuki	Mizuki	
			21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	
			Basic (体験OK)	Basic (体験OK)	Advance	【Renewal】 SteptoBurn	
			Haruna	Haruna	Madoka	Mizuki	

・クラスの曜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		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2025/07/31 更新	
-------------	--	-------------------	--	--------	--	---------------	--

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:15 PowerBeatCamp (体験OK) Mizuki	定休日	10:30 ~ 11:15 HipPump Natsuki	10:30 ~ 11:15 【Renewal】 SteptoBurn Natsuki		10:30 ~ 11:15 GlamorousHip Mizuki	10:30 ~ 11:15 Back&Chest Mizuki	10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Haruna
12:00 ~ 12:45 Waist&Hip Natsuki		12:00 ~ 12:45 Back&Chest Mizuki	12:00 ~ 12:45 Legs Madoka		12:00 ~ 12:45 BalanceAdvance Mizuki	12:00 ~ 12:45 Waist (体験OK) Haruna	12:00 ~ 12:45 HotWorkout Mizuki
13:30 ~ 14:15 Pre Basic (体験OK) Mizuki		13:30 ~ 14:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki			13:30 ~ 14:15 Abs (体験OK) Comingsoon	13:30 ~ 14:15 Back&Arm Mizuki	13:30 ~ 14:15 Pilates×Yoga Mizuki
15:00 ~ 15:45 Back&Arm Madoka						15:00 ~ 15:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki	15:00 ~ 15:45 Waist (体験OK) Haruna
17:30 ~ 18:30 Workshop Comingsoon						16:30 ~ 17:15 Abs (体験OK) Haruna	16:30 ~ 17:15 HipPump Mizuki
				17:00 ~ 17:45 Waist&Hip Natsuki			
		18:00 ~ 19:00 Advance Madoka	18:00 ~ 18:45 Basic (体験OK) Haruna	18:15 ~ 19:00 Beauty Body (体験OK) Mizuki	18:00 ~ 18:45 HipPump Natsuki		
		19:45 ~ 20:30 Waist&Hip Mizuki	19:30 ~ 20:15 CircuitShapeStep Natsuki	19:30 ~ 20:15 GlamorousHip Natsuki	19:30 ~ 20:15 Basic (体験OK) Haruna		
		21:15 ~ 22:00 Beauty Body (体験OK) Madoka	21:00 ~ 21:45 Waist (体験OK) Haruna	20:45 ~ 21:30 HotWorkout Mizuki	21:00 ~ 21:45 Waist&Hip Natsuki		

SurfFit 梅田店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール							2025/07/31 更新
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
月	火	水	木	金	土	日	
定休日	10:30 ~ 11:15 Abs (体験OK) Comingsoon	10:30 ~ 11:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki		10:30 ~ 11:15 Abs (体験OK) Comingsoon	10:30 ~ 11:15 HipPump Mizuki	10:30 ~ 11:15 HotWorkout Natsuki	
	12:00 ~ 12:45 Balance Madoka	12:00 ~ 12:45 PowerBeatCamp (体験OK) Natsuki		12:00 ~ 13:00 Advance Madoka	12:00 ~ 12:45 Pre Basic (体験OK) Natsuki	12:00 ~ 12:45 Abs (体験OK) Comingsoon	
	13:30 ~ 14:15 Waist (体験OK) Haruna	13:30 ~ 14:00 お試し体験会 手ぶらOK Comingsoon		13:45 ~ 14:30 Basic (体験OK) Haruna	13:30 ~ 14:15 Waist&Hip Natsuki	13:30 ~ 14:15 PowerBeatCamp (体験OK) Mizuki	
					15:00 ~ 15:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki	15:00 ~ 15:45 Balance Madoka	
					16:30 ~ 17:15 CircuitShapeStep Mizuki	17:30 ~ 18:30 腹筋 Challenge Comingsoon	
			17:00 ~ 17:45 BalanceAdvance Natsuki				
	18:00 ~ 18:45 Waist&Hip Natsuki	18:00 ~ 18:45 Abs (体験OK) Comingsoon	18:15 ~ 19:00 Legs Natsuki	18:00 ~ 18:45 Back&Chest Natsuki			
	19:30 ~ 20:30 Advance Madoka	19:30 ~ 20:30 腹筋 Challenge Comingsoon	19:30 ~ 20:15 【Renewal】 SteptoBurn Mizuki	19:30 ~ 20:15 Back&Arm Madoka			
	21:15 ~ 22:00 PowerBeatCamp (体験OK) Natsuki	21:15 ~ 22:00 HipPump Mizuki	20:45 ~ 21:30 Pre Basic (体験OK) Mizuki	21:00 ~ 21:45 GlamorousHip Natsuki			

・クラスの曜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サイトをご覧ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みください。
 ・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。