

SurfFit 梅田店		【 12/01 ~ 12/08 】		スケジュール		2025/11/14 更新	
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:15 Waist&Hip Mizuki	10:30 ~ 11:15 Beauty Body (体験OK) Madoka	営業時間外	10:30 ~ 11:15 Abs (体験OK) Natsuki	10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Haruna	10:30 ~ 11:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki	定休日
	12:00 ~ 12:45 Basic (体験OK) Haruna	12:00 ~ 12:45 HipPump Natsuki		12:00 ~ 12:45 Legs Madoka	12:00 ~ 12:45 CircuitShapeStep Hana	12:00 ~ 12:45 Abs (体験OK) Haruna	
	13:30 ~ 14:15 GlamorousHip (体験OK) Mizuki	13:15 ~ 13:45 お試し体験会 Comingsoon		13:30 ~ 14:15 Waist&Hip Natsuki	13:30 ~ 14:15 Beauty Body (体験OK) Hana	13:30 ~ 14:15 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	
	営業時間外	営業時間外		営業時間外	15:00 ~ 15:45 HotWorkout Ayuka	15:00 ~ 15:45 PowerBeatCamp (体験OK) Comingsoon	
					16:30 ~ 17:15 Waist (体験OK) Haruna	16:30 ~ 17:15 SteptoBurn Natsuki	
					営業時間外	17:45 ~ 18:15 お試し体験会 Comingsoon	
						営業時間外	
	19:30 ~ 20:15 Abs (体験OK) Haruna	19:30 ~ 20:15 Pilates×Yoga Natsuki	19:30 ~ 20:15 HipPump Mizuki	19:45 ~ 20:30 Basic (体験OK) Haruna			
	21:00 ~ 21:45 HotWorkout Natsuki	21:00 ~ 21:45 GlamorousHip (体験OK) Mizuki	20:45 ~ 21:30 Balance Mizuki	21:15 ~ 22:00 Pre Basic (体験OK) Madoka			

SurfFit 梅田店		【 12/09 ~ 12/16 】		スケジュール		2025/11/14 更新		
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	定休日	10:30 ~ 11:15	
Balance	Advance		SteptoBurn	Pilates×Yoga	Legs		GlamorousHip (体験OK)	
Madoka	Natsuki		Mizuki	Mizuki	Madoka		Mizuki	
12:00 ~ 12:45	12:15 ~ 13:00		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	
Waist&Hip	Legs		Pre Basic (体験OK)	Back&Arm	Waist (体験OK)		Basic (体験OK)	
Mizuki	Natsuki		Madoka	Hana	Haruna		Haruna	
13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:00		13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15		13:30 ~ 14:15	
Beauty Body (体験OK)	お試し体験会		GlamorousHip (体験OK)	Waist&Hip	Back&Arm		HipPump	
Madoka			Mizuki	Hana	Madoka		Mizuki	
営業時間外	営業時間外		16:00 ~ 16:30	営業時間外	15:00 ~ 15:45		15:00 ~ 15:45	営業時間外
		お試し体験会	Basic (体験OK)		Balance			
		Comingsoon	Haruna		Madoka			
		17:00 ~ 17:45	16:30 ~ 17:15		16:30 ~ 17:15			
		CircuitShapeStep	HotWorkout		PowerBeatCamp (体験OK)			
		Natsuki	Mizuki		Comingsoon			
		18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45		18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	
		PowerBeatCamp (体験OK)	Pre Basic (体験OK)		Back&Chest	BalanceAdvance	Balance	
		Comingsoon	Madoka		Madoka	Natsuki	Madoka	
		19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15		19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	
HipPump	SteptoBurn	GlamorousHip (体験OK)	Beauty Body (体験OK)	Waist (体験OK)				
Mizuki	Mizuki	Natsuki	Madoka	Haruna				
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45	営業時間外	21:00 ~ 22:00			
Basic (体験OK)	GlamorousHip (体験OK)	Back&Arm	Waist&Hip		Advance			
Haruna	Mizuki	Madoka	Natsuki		Madoka			

・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		【 12/17 ~ 12/24 】			スケジュール		2025/11/14	更新
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:15	営業時間外	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	定休日	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	
Beauty Body (体験OK)		GlamorousHip (体験OK)	Pre Basic (体験OK)	Waist&Hip		Waist&Hip	Back&Chest	
Natsuki		Mizuki	Madoka	Comingsoon		Comingsoon	Madoka	
12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	
CircuitShapeStep		Back&Chest	HipPump	Legs		HipPump	SteptoBurn	
Natsuki		Madoka	Mizuki	Natsuki		Natsuki	Mizuki	
13:15 ~ 13:45		13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15		13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15	
お試し体験会		Abs (体験OK)	Basic (体験OK)	CircuitShapeStep		Waist (体験OK)	お試し体験会	
Comingsoon		Mizuki	Haruna	Mizuki		Haruna	Comingsoon	
営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:00 ~ 15:45		15:00 ~ 15:45	営業時間外	営業時間外
	HotWorkout			Beauty Body (体験OK)				
	Natsuki			Madoka				
	16:30 ~ 19:00			16:30 ~ 17:30				
	SurFam			Workshop				
	Comingsoon			Comingsoon				
18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	営業時間外	営業時間外		18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 19:00	
Back&Arm	BalanceAdvance	Waist (体験OK)				Back&Chest	Workshop	
Madoka	Mizuki	Haruna				Madoka	Comingsoon	
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:15	19:45 ~ 20:30	
Abs (体験OK)	Pilates×Yoga	Advance				GlamorousHip (体験OK)	PowerBeatCamp (体験OK)	
Haruna	Mizuki	Natsuki				Natsuki	Comingsoon	
21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:30	21:15 ~ 22:00				21:00 ~ 21:45	21:15 ~ 22:00	
Legs	SteptoBurn	PowerBeatCamp (体験OK)				Beauty Body (体験OK)	HipPump	
Madoka	Natsuki	Comingsoon				Madoka	Natsuki	

SurfFit 梅田店		【 12/25 ~ 12/28 】		スケジュール		2025/11/14	更新
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	
木	金	土	日	月	火	水	
営 業 時 間 外	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	定 休 日	年 末 年 始 休 業	年 末 年 始 休 業	
	Pre Basic (体験OK)	Basic (体験OK)	Balance				
	Madoka	Haruna	Mizuki				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45				
	Advance	BalanceAdvance	Beauty Body (体験OK)				
	Madoka	Hana	Hana				
	13:45 ~ 14:30	13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15				
	Beauty Body (体験OK)	HipPump	Back&Arm				
	Natsuki	Hana	Hana				
	営 業 時 間 外	営 業 時 間 外	15:00 ~ 15:45				15:00 ~ 15:45
Pilates×Yoga			SteptoBurn				
Mizuki			Mizuki				
16:30 ~ 17:15			16:30 ~ 17:15				
GlamorousHip (体験OK)			PowerBeatCamp (体験OK)				
Mizuki			Comingsoon				
17:45 ~ 18:15			営 業 時 間 外	営 業 時 間 外			
お試し体験会							
Comingsoon							
営 業 時 間 外					営 業 時 間 外	営 業 時 間 外	
	Legs						
	Mizuki						
	19:30 ~ 20:15						
	HipPump						
	Natsuki						
	21:00 ~ 21:45						
営 業 時 間 外	営 業 時 間 外	営 業 時 間 外					
			Abs (体験OK)				
Madoka	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時間前迄にお願いであります。
- ・レッスン開始時刻1時間前を切つて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。