

SurfFit 銀座店		【 01/09 ~ 01/16 】		スケジュール				2025/12/13												
01/09		01/10		01/11		01/12		01/13		01/14		01/15		01/16						
金	土	日	月	火	水	木	金	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15						
Balance	SteptoBurn	Abs (体験OK)		Basic (体験OK)	PowerBeatCamp									Beauty Body (体験OK)						
Chihiro	Toki	Aiko		Mayu	Aiko									Onri						
12:00 ~ 12:45	11:30 ~ 12:15	11:30 ~ 12:15		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45									12:00 ~ 12:45						
Waist&Hip	Beauty Body (体験OK)	Waist (体験OK)		Back&Arm	Waist (体験OK)									HotWorkout						
Chihiro	Onri	Onri		Aiko	Mayu									Onri						
13:30 ~ 14:15	13:00 ~ 13:45	13:00 ~ 13:45		13:30 ~ 14:15	12:45 ~ 13:15									13:30 ~ 14:15						
Pre Basic (体験OK)	HipPump	Back&Arm		HipPump	お試し体験会									GlamorousHip (体験OK)						
Toki	Mayu	Toki		Mayu	Aiko									Toki						
14:15 ~ 14:45	14:30 ~ 15:15	14:30 ~ 15:15		14:15 ~ 14:45	お試し体験会															
お試し体験会	Legs	Pre Basic (体験OK)																		
Onri	Toki	Aiko																		
営業時間外	16:00 ~ 16:45		16:00 ~ 16:45		営業時間外	16:00 ~ 16:30		営業時間外	お試し体験会		営業時間外	お試し体験会		営業時間外	GlamorousHip (体験OK)					
	HotWorkout		SteptoBurn			Onri			Onri			Toki			Toki					
	Onri		Onri			17:00 ~ 17:45			17:00 ~ 17:45			GlamorousHip (体験OK)			GlamorousHip (体験OK)					
営業時間外	17:30 ~ 20:00		17:30 ~ 18:15		営業時間外	18:00 ~ 18:45		営業時間外	18:00 ~ 18:45		営業時間外	18:00 ~ 18:45		営業時間外	Waist (体験OK)					
	SurFam		GlamorousHip (体験OK)			Aiko			Aiko			Mayu			Aiko					
	Aiko		Toki			Comingsoon			Comingsoon			Toki			Toki					
営業時間外	18:00 ~ 18:45		18:15 ~ 18:45		営業時間外	19:30 ~ 20:15		営業時間外	19:30 ~ 20:15		営業時間外	19:30 ~ 20:15		営業時間外	19:30 ~ 20:15					
	Back&Chest		お試し体験会			19:30 ~ 20:15			19:30 ~ 20:15			19:30 ~ 20:15			19:30 ~ 20:15					
	Onri		Onri			SteptoBurn			SteptoBurn			Pre Basic (体験OK)			Reset&Burn					
営業時間外	19:30 ~ 20:15		Abs (体験OK)		営業時間外	Onri		営業時間外	Onri		営業時間外	Toki		営業時間外	Comingsoon					
	Abs (体験OK)		Onri			Onri			Onri			Toki			Comingsoon					
	Onri		Onri			GlamorousHip (体験OK)			GlamorousHip (体験OK)			Back&Chest			Pilates×Yoga					
営業時間外	21:00 ~ 21:45		Basic (体験OK)		営業時間外	21:00 ~ 21:45		営業時間外	21:00 ~ 21:45		営業時間外	20:45 ~ 21:30		営業時間外	21:00 ~ 21:45					
	Basic (体験OK)		Onri			21:00 ~ 21:45			21:00 ~ 21:45			Onri			Balance					
	Onri		Mavu			Mavu			Mavu			Onri			Aiko					

・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。

SurfFit 銀座店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール					2025/12/13 更新		
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:00 ~ 10:45	10:00 ~ 10:45		10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15	10:00 ~ 11:00		
Abs (体験OK)	Pilates×Yoga		Waist&Hip	Beauty Body (体験OK)		Reset&Burn	Advance		
Toki	Onri		Aiko	Onri		Chihiro	Onri		
11:30 ~ 12:15	11:30 ~ 12:15		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	11:45 ~ 12:30		
Waist (体験OK)	Reset&Burn		Reset&Burn	HotWorkout		HipPump	Pilates×Yoga		
Mayu	Comingsoon		Comingsoon	Toki		Chihiro	Aiko		
13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 13:45		13:30 ~ 14:15			13:30 ~ 14:15	13:15 ~ 14:00		
Advance	Waist&Hip		Abs (体験OK)			Waist (体験OK)	Abs (体験OK)		
Aiko	Aiko		Toki			Onri	Onri		
14:45 ~ 15:30	14:30 ~ 15:15		14:15 ~ 14:45			14:45 ~ 15:30			
GlamorousHip (体験OK)	CircuitShapeStep		お試し体験会			SteptoBurn			
Mayu	Mayu		Aiko			Aiko			
16:15 ~ 17:00	16:00 ~ 16:45					16:15 ~ 17:00			
SteptoBurn	Beauty Body (体験OK)					GlamorousHip (体験OK)			
Toki	Aiko					Onri			
17:45 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15					17:45 ~ 18:30			
Pre Basic (体験OK)	PowerBeatCamp					Reset&Burn			
Aiko	Onri					Comingsoon			
定休日		定休日		定休日		定休日		定休日	

SurfFit 銀座店		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール					2025/12/13 更新		
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31			
日	月	火	水	木	金	土			
10:00 ~ 10:45			10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15	10:00 ~ 10:45		
Waist (体験OK)			HipPump	Pre Basic (体験OK)		Waist&Hip	Back&Arm		
Mayu			Mayu	Onri		Aiko	Onri		
11:30 ~ 12:15			12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	11:30 ~ 12:15		
HipPump			Basic (体験OK)	Back&Arm		SteptoBurn	Legs		
Toki			Mayu	Toki		Aiko	Aiko		
13:00 ~ 13:45			13:30 ~ 14:15	12:45 ~ 13:15		13:30 ~ 14:15	13:00 ~ 13:45		
Back&Chest			Reset&Burn	お試し体験会		Beauty Body (体験OK)	Basic (体験OK)		
Mayu			Comingsoon	Onri		Mayu	Mayu		
14:30 ~ 15:15						14:30 ~ 15:15			
Beauty Body (体験OK)						Abs (体験OK)			
Toki						Onri			
16:00 ~ 16:45						16:00 ~ 16:45			
Waist&Hip						Reset&Burn			
Mayu						Comingsoon			
17:30 ~ 18:15						17:30 ~ 18:15			
HotWorkout						Back&Chest			
Toki						Mayu			
定休日		定休日		定休日		定休日		定休日	

・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。