

SurfFit 銀座店								【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール				2026/01/13 更新	
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08						
日	月	火	水	木	金	土	日						
10:00 ~ 10:45		10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15	10:00 ~ 10:45	10:00 ~ 10:45						
HotWorkout		Waist&Hip	GlamorousHip (体験OK)		Abs (体験OK)	CircuitShapeStep	Waist (体験OK)						
Toki		Mayu	Aiko		Toki	Mayu	Mayu						
11:30 ~ 12:15		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:15	11:30 ~ 12:15						
Beauty Body (体験OK)		Back&Arm	HotWorkout		Advance	HipPump	Reset&Burn						
Mayu		Aiko	Toki		Onri	Onri	Onri						
13:00 ~ 13:45		13:30 ~ 14:15	12:45 ~ 13:15		13:45 ~ 14:30	13:00 ~ 13:45	13:00 ~ 13:45						
Balance		Waist (体験OK)	お試し体験会		Beauty Body (体験OK)	SteptoBurn	BalanceAdvance						
Onri		Mayu	Aiko		Onri	Onri	Aiko						
14:30 ~ 15:15					14:30 ~ 15:15	14:30 ~ 15:15							
GlamorousHip (体験OK)					GlamorousHip (体験OK)	Pre Basic (体験OK)							
Toki					Mayu	Onri	Onri						
16:00 ~ 16:45					16:00 ~ 16:45	16:00 ~ 16:45							
PowerBeatCamp (体験OK)					Pilates×Yoga	Waist&Hip							
Onri					Onri	Mayu							
17:30 ~ 18:15					17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15							
HipPump					Basic (体験OK)	Abs (体験OK)							
Mayu					Mayu	Mayu							
17:30 ~ 18:15					18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45						
お試し体験会					Back&Chest	Legs	Reset&Burn	Balance					
Toki					Aiko	Toki	Toki	Chihiro					
18:00 ~ 18:45					19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15					
					Abs (体験OK)	SteptoBurn	Basic (体験OK)	HipPump					
					Toki	Onri	Mayu	Chihiro					
					21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45					
					Pre Basic (体験OK)	Back&Chest	PowerBeatCamp (体験OK)	Waist&Hip					
					Toki	Onri	Toki	Mayu					
定休日													
営業時間外													

SurfFit 銀座店								【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール				2026/01/13 更新	
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16						
月	火	水	木	金	土	日	月						
								10:30 ~ 11:15	10:00 ~ 10:45	10:00 ~ 10:45			
								Pre Basic (体験OK)	Balance	Abs (体験OK)			
								Toki	Onri	Aiko			
								12:00 ~ 12:45	11:30 ~ 12:15	11:30 ~ 12:15			
								HipPump	Waist (体験OK)	SteptoBurn			
								Mayu	Mayu	Mizuki			
								13:30 ~ 14:15	13:00 ~ 13:45	13:00 ~ 13:45			
								SteptoBurn	Pre Basic (体験OK)	Basic (体験OK)			
								Toki	Onri	Aiko			
								14:30 ~ 15:15	14:30 ~ 15:15	14:30 ~ 15:15			
								HotWorkout	Back&Arm	Mizuki			
								Toki		Mizuki			
								16:00 ~ 16:45	16:00 ~ 16:45	GlamorousHip (体験OK)			
								Waist&Hip	Mayu	Toki			
								17:30 ~ 20:00	17:30 ~ 18:15	PowerBeatCamp (体験OK)			
								SurFam		Toki			
								Aiko					
定休日													
営業時間外													

・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		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール				2026/01/13 更新	
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15	10:00 ~ 10:45	10:00 ~ 10:45		10:30 ~ 11:15
Legs	PowerBeatCamp (体験OK)		Beauty Body (体験OK)	HipPump	Back&Chest		Back&Arm
Onri	Onri		Mayu	Miku.A	Aiko		Toki
12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	11:30 ~ 12:15	11:30 ~ 12:15		12:00 ~ 12:45
Abs (体験OK)	Pre Basic (体験OK)		Waist&Hip	Beauty Body (体験OK)	Pilates×Yoga		Beauty Body (体験OK)
Onri	Onri		Onri	Miku.A	Aiko		Mayu
13:30 ~ 14:15	12:45 ~ 13:15		13:30 ~ 14:15	13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 13:45		13:30 ~ 14:15
SteptoBurn	お試し体験会		Waist (体験OK)	Advance	Beauty Body (体験OK)		Balance
Toki	Mayu		Mayu	Aiko	Toki		Toki
営業時間外		営業時間外		14:15 ~ 14:45	14:45 ~ 15:30	14:30 ~ 15:15	
				お試し体験会	Basic (体験OK)	Reset&Burn	
				Onri	Aiko	Toki	
				16:15 ~ 17:00	16:00 ~ 16:45	CircuitShapeStep	
				Toki	Aiko		
				17:45 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	Pre Basic (体験OK)	
				Toki	Toki		
18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45				18:00 ~ 18:45
GlamorousHip (体験OK)	HipPump	SteptoBurn	Basic (体験OK)				Pre Basic (体験OK)
Mayu	Aiko	Onri	Aiko				Onri
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15				19:30 ~ 20:15
HotWorkout	Advance	Legs	Back&Arm				HipPump
Toki	Shoko	Toki	Onri				Onri
21:00 ~ 21:45	21:15 ~ 22:00	20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45				21:00 ~ 21:45
Beauty Body (体験OK)	Balance	Abs (体験OK)	Reset&Burn				Back&Chest
Mayu	Shoko	Toki	Aiko				Mayu
営業時間外		営業時間外		営業時間外		営業時間外	