

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08				
日	月	火	水	木	金	土	日				
9:30 ~ 10:00 お試し体験会	CLOSE	10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Haruna	10:30 ~ 11:15 Back&Arm Madoka	CLOSE	10:30 ~ 11:15 HipPump Natsuki	9:30 ~ 10:00 お試し体験会	10:30 ~ 11:30 Advance Mizuki				
10:30 ~ 11:15 Beauty Body (体験OK) Mizuki		12:00 ~ 12:45 Legs Madoka	12:00 ~ 12:45 Waist (体験OK) Haruna		12:00 ~ 12:45 Reset&Burn Mizuki	10:30 ~ 11:15 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	12:15 ~ 13:00 Waist&Hip Hana				
12:00 ~ 12:45 CircuitShapeStep Hana		13:30 ~ 14:15 Waist&Hip Haruna	13:15 ~ 13:45 お試し体験会		13:30 ~ 14:15 Beauty Body (体験OK) Natsuki	12:00 ~ 12:45 Basic (体験OK) Haruna	13:45 ~ 14:30 Waist (体験OK) Hana				
13:30 ~ 14:15 Balance Hana		CLOSE	CLOSE		CLOSE	CLOSE	13:30 ~ 14:15 Back&Chest Madoka	15:00 ~ 15:45 HotWorkout Natsuki	15:15 ~ 16:00 Legs Madoka		
15:00 ~ 15:45 Back&Chest Madoka							16:30 ~ 17:15 Abs (体験OK) Haruna	17:00 ~ 17:45 Pilates+Yoga Mizuki	16:30 ~ 17:15 Pre Basic (体験OK) Madoka	17:45 ~ 18:15 お試し体験会	
17:45 ~ 18:15 お試し体験会							18:00 ~ 18:45 Reset&Burn Natsuki	18:00 ~ 18:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki	18:15 ~ 19:00 SteptoBurn Mizuki	18:00 ~ 18:45 PowerBeatCamp (体験OK) Haruna	CLOSE
CLOSE							19:30 ~ 20:30 Advance Madoka	19:30 ~ 20:15 Abs (体験OK) Haruna	19:30 ~ 20:15 Pre Basic (体験OK) Hana	19:30 ~ 20:15 BalanceAdvance Mizuki	
							21:15 ~ 22:00 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	21:00 ~ 21:45 CircuitShapeStep Mizuki	20:45 ~ 21:30 HipPump Hana	21:00 ~ 21:45 Waist (体験OK) Haruna	

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
CLOSE	10:30 ~ 11:15 Reset&Burn Mizuki	10:30 ~ 11:15 CircuitShapeStep Mizuki	CLOSE	10:30 ~ 11:15 Beauty Body (体験OK) Madoka	9:30 ~ 10:00 お試し体験会	9:30 ~ 10:00 お試し体験会	CLOSE	
	12:00 ~ 12:45 PowerBeatCamp (体験OK) Haruna	12:00 ~ 12:45 Basic (体験OK) Haruna		12:00 ~ 13:00 Advance Natsuki	10:30 ~ 11:15 BalanceAdvance Natsuki	10:30 ~ 11:15 HipPump Mizuki		
	13:30 ~ 14:15 GlamorousHip (体験OK) Mizuki	13:15 ~ 13:45 お試し体験会		13:45 ~ 14:30 Balance Madoka	12:00 ~ 12:45 Waist (体験OK) Haruna	12:00 ~ 12:45 Pre Basic (体験OK) Madoka		
	CLOSE	CLOSE		CLOSE	CLOSE	13:30 ~ 14:15 Reset&Burn Mizuki		13:30 ~ 14:15 PowerBeatCamp (体験OK) Haruna
						15:00 ~ 15:45 Abs (体験OK) Natsuki		15:00 ~ 15:45 HotWorkout Mizuki
						16:30 ~ 17:15 GlamorousHip (体験OK) Mizuki		16:30 ~ 17:15 Balance Madoka
						18:00 ~ 18:45 SteptoBurn Natsuki		18:00 ~ 18:45 Pre Basic (体験OK) Madoka
	19:30 ~ 20:15 Basic (体験OK) Haruna	19:30 ~ 20:15 Legs Madoka		19:30 ~ 20:15 Back&Arm Madoka	19:30 ~ 20:15 Reset&Burn Natsuki	CLOSE		CLOSE
	21:00 ~ 21:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki	21:00 ~ 21:45 HotWorkout Natsuki		21:00 ~ 21:45 Abs (体験OK) Haruna	21:00 ~ 21:45 Pilates+Yoga 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時間前迄にお願いしております。  
 ・レッスンの開始時刻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

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/27 更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Advance Madoka	10:30 ~ 11:15 Abs (体験OK) Haruna	CLOSE	10:00 ~ 11:30 SurFam Haruna	10:30 ~ 11:15 Pilates×Yoga Natsuki	9:30 ~ 10:00 お試し体験会	CLOSE	10:30 ~ 11:15 Back&Chest Mizuki		
12:15 ~ 13:00 Beauty Body (体験OK) Mizuki	12:00 ~ 12:45 Pre Basic (体験OK) Madoka		12:00 ~ 12:45 SteptoBurn Mizuki	12:00 ~ 12:45 CircuitShapeStep Hana	10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Haruna		12:00 ~ 12:45 PowerBeatCamp (体験OK) Natsuki		
13:45 ~ 14:30 Balance Madoka	13:15 ~ 14:45 お試し体験会		13:30 ~ 14:15 Waist (体験OK) Hana	13:30 ~ 14:15 Waist&Hip Hana	12:00 ~ 12:45 HipPump Hana		13:30 ~ 14:15 Pilates×Yoga Mizuki		
CLOSE	CLOSE		15:00 ~ 15:45 Back&Arm Hana	15:00 ~ 15:45 Basic (体験OK) Haruna	13:30 ~ 14:15 Balance Hana		CLOSE	CLOSE	
			16:30 ~ 17:00 お試し体験会	16:30 ~ 17:15 Pre Basic (体験OK) Madoka	16:30 ~ 17:15 Reset&Burn Natsuki				15:00 ~ 16:00 Advance Natsuki
			17:00 ~ 17:45 HipPump Mizuki	CLOSE	17:45 ~ 18:15 Beauty Body (体験OK) Madoka				16:45 ~ 17:30 Beauty Body (体験OK) Madoka
18:00 ~ 18:45 GlamorousHip (体験OK) Mizuki	18:00 ~ 18:45 HotWorkout Natsuki		18:15 ~ 19:00 Legs Madoka		17:45 ~ 18:15 お試し体験会		18:00 ~ 18:45 Basic (体験OK) Haruna		
19:30 ~ 20:15 Back&Arm Mizuki	19:30 ~ 20:15 Back&Chest Mizuki		19:30 ~ 20:15 SteptoBurn Mizuki	CLOSE	CLOSE		CLOSE	19:30 ~ 20:15 HotWorkout Natsuki	
21:00 ~ 21:45 Basic (体験OK) Haruna	21:00 ~ 21:45 Reset&Burn Natsuki		20:45 ~ 21:30 Beauty Body (体験OK) Madoka					21:00 ~ 21:45 GlamorousHip (体験OK) Comingsoon	

SurfFit 梅田店

【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール

2026/02/27 更新

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	
水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:15 GlamorousHip (体験OK) Comingsoon	CLOSE	10:30 ~ 11:15 Legs Natsuki	9:30 ~ 10:00 お試し体験会	9:30 ~ 10:00 お試し体験会	CLOSE	10:30 ~ 11:15 PowerBeatCamp (体験OK) Haruna	
12:00 ~ 12:45 HotWorkout Mizuki		12:00 ~ 12:45 Back&Arm Madoka	10:30 ~ 11:15 Waist (体験OK) Haruna	10:30 ~ 11:15 Pre Basic (体験OK) Madoka		12:00 ~ 12:45 Back&Chest Madoka	
13:15 ~ 14:45 お試し体験会		13:30 ~ 14:15 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	12:00 ~ 12:45 Abs (体験OK) Hana	12:00 ~ 12:45 BalanceAdvance Hana		13:30 ~ 14:15 Basic (体験OK) Haruna	
CLOSE		CLOSE	13:30 ~ 14:15 HipPump Hana	13:30 ~ 14:15 Waist&Hip Hana		CLOSE	CLOSE
			15:00 ~ 15:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki	15:00 ~ 15:45 SteptoBurn Mizuki			
			16:30 ~ 17:30 Advance Mizuki	16:30 ~ 17:15 HipPump Natsuki			
18:00 ~ 18:45 Balance Madoka		18:15 ~ 19:00 Beauty Body (体験OK) Madoka	18:00 ~ 18:45 Waist (体験OK) Haruna	CLOSE		CLOSE	18:00 ~ 18:45 BalanceAdvance Natsuki
19:30 ~ 20:15 Waist&Hip Haruna		19:30 ~ 20:15 Back&Arm Mizuki	19:30 ~ 20:15 Pilates×Yoga Comingsoon				19:30 ~ 20:15 Reset&Burn Mizuki
21:00 ~ 21:45 Legs Madoka		20:45 ~ 21:30 Reset&Burn Natsuki	21:00 ~ 21:45 Waist&Hip Haruna	21:00 ~ 21:45 HipPump Natsuki			

- ・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。