

| SurfFit 梅田店 【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール | | | | | | | | 2026/02/14 | 更新 |
|--------------------------------------|-------|------------------------|-----------------------|---------------------|-------------------------|------------------------|-----------------|------------|----|
| 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 | | 10:30 ~ 11:15 | 10:30 ~ 11:15 | | 10:30 ~ 11:15 | 9:30 ~ 10:00 | 10:30 ~ 11:30 | | |
| お試し体験会 | | Basic (体験OK) | Back&Arm | | HipPump | お試し体験会 | Advance | | |
| | | Haruna | Madoka | | Natsuki | | Mizuki | | |
| 10:30 ~ 11:15 | | 12:00 ~ 12:45 | 12:00 ~ 12:45 | | 12:00 ~ 12:45 | 10:30 ~ 11:15 | 12:15 ~ 13:00 | | |
| Beauty Body (体験OK) | | Legs | Waist (体験OK) | | Reset&Burn | GlamorousHip (体験OK) | Waist&Hip | | |
| Mizuki | | Madoka | Haruna | | Mizuki | Natsuki | Hana | | |
| 12:00 ~ 12:45 | | 13:30 ~ 14:15 | 13:15 ~ 13:45 | | 13:30 ~ 14:15 | 12:00 ~ 12:45 | 13:45 ~ 14:30 | | |
| Back&Arm | | Waist&Hip | お試し体験会 | | Beauty Body (体験OK) | Basic (体験OK) | Waist (体験OK) | | |
| Hana | | Haruna | | | Natsuki | Haruna | Hana | | |
| 13:30 ~ 14:15 | | CLOSE | CLOSE | | 13:30 ~ 14:15 | 13:30 ~ 14:15 | 15:15 ~ 16:00 | | |
| Balance | | | | | Back&Chest | Legs | | | |
| Hana | | | | | Madoka | Madoka | | | |
| 15:00 ~ 15:45 | | CLOSE | CLOSE | | 15:00 ~ 15:45 | 16:45 ~ 17:30 | | | |
| Back&Chest | | | | | HotWorkout | SteptoBurn | | | |
| Madoka | | | | | Natsuki | Natsuki | | | |
| 16:30 ~ 17:15 | | | | | 16:30 ~ 17:15 | 17:45 ~ 18:15 | | | |
| Abs (体験OK) | | | | | Pre Basic (体験OK) | お試し体験会 | | | |
| Haruna | | | | | Madoka | | | | |
| 17:45 ~ 18:15 | | | | | 17:45 ~ 18:15 | CLOSE | | | |
| お試し体験会 | | Reset&Burn | Beauty Body (体験OK) | SteptoBurn | PowerBeatCamp (体験OK) | お試し体験会 | | | |
| | | Natsuki | Mizuki | Mizuki | Haruna | | | | |
| | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | | | |
| | | Advance | Abs (体験OK) | Pre Basic (体験OK) | BalanceAdvance | | | | |
| | | Madoka | Haruna | Hana | Mizuki | | | | |
| | | 21:15 ~ 22:00 | 21:00 ~ 21:45 | 20:45 ~ 21:30 | 21:00 ~ 21:45 | 21:00 ~ 21:45 | CLOSE | | |
| | | GlamorousHip (体験OK) | CircuitShapeStep | HipPump | Waist (体験OK) | | | | |
| | | Natsuki | Mizuki | Hana | Haruna | | | | |

| SurfFit 梅田店 【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール | | | | | | | | 2026/02/14 | 更新 |
|--------------------------------------|-------------------------|---------------------|-------|-------|------------------------|-----------------|-------------------------|------------|----|
| 03/09 | 03/10 | 03/11 | 03/12 | 03/13 | 03/14 | 03/15 | 03/16 | | |
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | | |
| | 10:30 ~ 11:15 | 10:30 ~ 11:15 | | | 10:30 ~ 11:15 | 9:30 ~ 10:00 | 9:30 ~ 10:00 | | |
| | Reset&Burn | CircuitShapeStep | | | Beauty Body (体験OK) | お試し体験会 | お試し体験会 | | |
| | Mizuki | Mizuki | | | Madoka | | | | |
| | 12:00 ~ 12:45 | 12:00 ~ 12:45 | | | 12:00 ~ 13:00 | 10:30 ~ 11:15 | 10:30 ~ 11:15 | | |
| | PowerBeatCamp (体験OK) | Basic (体験OK) | | | Advance | BalanceAdvance | HipPump | | |
| | Haruna | Haruna | | | Natsuki | Natsuki | Mizuki | | |
| | 13:30 ~ 14:15 | 13:15 ~ 13:45 | | | 13:45 ~ 14:30 | 12:00 ~ 12:45 | 12:00 ~ 12:45 | | |
| | GlamorousHip (体験OK) | お試し体験会 | | | Balance | Waist (体験OK) | Pre Basic (体験OK) | | |
| | Mizuki | | | | Madoka | Haruna | Madoka | | |
| | 18:00 ~ 18:45 | 18:00 ~ 18:45 | | | 13:30 ~ 14:15 | 13:30 ~ 14:15 | 13:30 ~ 14:15 | | |
| | SteptoBurn | Pre Basic (体験OK) | | | Reset&Burn | | PowerBeatCamp (体験OK) | | |
| | Natsuki | Madoka | | | Mizuki | Haruna | | | |
| | 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | | | 15:00 ~ 15:45 | 15:00 ~ 15:45 | 15:00 ~ 15:45 | | |
| | Basic (体験OK) | Legs | | | Abs (体験OK) | HotWorkout | | CLOSE | |
| | Haruna | Madoka | | | Natsuki | Mizuki | | | |
| | 21:00 ~ 21:45 | 21:00 ~ 21:45 | | | 16:30 ~ 17:15 | 16:30 ~ 17:15 | Balance | | |
| | Beauty Body (体験OK) | HotWorkout | | | GlamorousHip (体験OK) | | Madoka | | |
| | Natsuki | Natsuki | | | Haruna | Mizuki | | | |
| | 18:00 ~ 18:45 | 18:00 ~ 18:45 | | | 17:00 ~ 17:45 | 17:00 ~ 17:45 | 17:45 ~ 18:15 | | |
| | SteptoBurn | Pre Basic (体験OK) | | | Beauty Body (体験OK) | | PowerBeatCamp (体験OK) | | |
| | Natsuki | Madoka | | | Madoka | | Mizuki | | |
| | 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | | | 18:00 ~ 18:45 | 18:00 ~ 18:45 | 17:45 ~ 18:15 | | |
| | Basic (体験OK) | Legs | | | Waist&Hip | Back&Chest | お試し体験会 | | |
| | Haruna | Madoka | | | Haruna | Mizuki | | | |
| | 21:00 ~ 21:45 | 21:00 ~ 21:45 | | | 21:00 ~ 21:45 | 21:00 ~ 21:45 | 17:45 ~ 18:15 | | |
| | Beauty Body (体験OK) | HotWorkout | | | Abs (体験OK) | PilatesxYoga | | CLOSE | |
| | Natsuki | Natsuki | | | Haruna | Mizuki | | CLOSE | |

・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 梅田店 | | 【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール | | | | | 2026/02/14 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 ~ 11:15 | 10:30 ~ 11:15 | | 10:00 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:15 | 9:30 ~ 10:00 | | 10:30 ~ 11:15 | |
| Advance | Abs (体験OK) | | SurFam | Pilates×Yoga | お試し体験会 | | Back&Chest | |
| Madoka | Haruna | | Haruna | Natsuki | | | Mizuki | |
| 12:15 ~ 13:00 | 12:00 ~ 12:45 | | SteptoBurn | CircuitShapeStep | Basic (体験OK) | | 12:00 ~ 12:45 | |
| Beauty Body (体験OK) | Pre Basic (体験OK) | | Mizuki | Hana | Haruna | | PowerBeatCamp (体験OK) | |
| Mizuki | Madoka | | | | | | Natsuki | |
| 13:45 ~ 14:30 | 13:15 ~ 14:45 | | Waist (体験OK) | Waist&Hip | HipPump | | 13:30 ~ 14:15 | |
| Balance | お試し体験会 | | Hana | Hana | Hana | | Pilates×Yoga | |
| Madoka | | | 15:00 ~ 15:45 | 15:00 ~ 15:45 | 13:30 ~ 14:15 | | Mizuki | |
| | | | Back&Arm | Basic (体験OK) | Balance | | | |
| CLOSE | CLOSE | | Hana | Haruna | Hana | | CLOSE | CLOSE |
| | | | 16:30 ~ 17:00 | 16:30 ~ 17:15 | 16:30 ~ 17:15 | 15:00 ~ 16:00 | | |
| | | | お試し体験会 | Pre Basic (体験OK) | Reset&Burn | Advance | | |
| | | | Madoka | Natsuki | Natsuki | | | |
| | | | 17:00 ~ 17:45 | | 17:45 ~ 18:15 | 16:45 ~ 17:30 | | |
| | | | HipPump | お試し体験会 | Beauty Body (体験OK) | | | |
| | | | Mizuki | | Madoka | | | |
| | | | | | 17:45 ~ 18:15 | お試し体験会 | | |
| | | | | | | | 18:00 ~ 18:45 | |
| 18:00 ~ 18:45 | 18:00 ~ 18:45 | 18:15 ~ 19:00 | Legs | | | | Basic (体験OK) | |
| GlamorousHip (体験OK) | HotWorkout | | Natsuki | | | | Haruna | |
| Mizuki | Natsuki | Madoka | | | | | 19:30 ~ 20:15 | |
| 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | | | | | HotWorkout | |
| CircuitShapeStep | Back&Chest | SteptoBurn | | | | | Natsuki | |
| Mizuki | Mizuki | Mizuki | | | | | 21:00 ~ 21:45 | |
| 21:00 ~ 21:45 | 21:00 ~ 21:45 | 20:45 ~ 21:30 | Basic (体験OK) | Reset&Burn | Beauty Body (体験OK) | | GlamorousHip (体験OK) | |
| | | | Haruna | Natsuki | Madoka | | Comingsoon | |

| SurfFit 梅田店 | | 【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール | | | | | 2026/02/14 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 | | 10:30 ~ 11:15 | 9:30 ~ 10:00 | 9:30 ~ 10:00 | | 10:30 ~ 11:15 | | |
| GlamorousHip (体験OK) | | Legs | お試し体験会 | お試し体験会 | | PowerBeatCamp (体験OK) | | |
| Comingsoon | | Natsuki | | | | Haruna | | |
| 12:00 ~ 12:45 | | 12:00 ~ 12:45 | 10:30 ~ 11:15 | 10:30 ~ 11:15 | | 12:00 ~ 12:45 | | |
| HotWorkout | | Back&Arm | Waist (体験OK) | Pre Basic (体験OK) | | Back&Chest | | |
| Mizuki | | Madoka | Haruna | Madoka | | Madoka | | |
| 13:15 ~ 14:45 | お試し体験会 | 13:30 ~ 14:15 | 12:00 ~ 12:45 | 12:00 ~ 12:45 | | 13:30 ~ 14:15 | | |
| | | GlamorousHip (体験OK) | Abs (体験OK) | BalanceAdvance | | Basic (体験OK) | | |
| | | Natsuki | Hana | Hana | | Haruna | | |
| | | | 13:30 ~ 14:15 | 13:30 ~ 14:15 | | | | |
| CLOSE | CLOSE | | HipPump | Waist&Hip | | CLOSE | CLOSE | |
| | | | Hana | Hana | | | | |
| | | | 15:00 ~ 15:45 | 15:00 ~ 15:45 | | | | |
| | | | Beauty Body (体験OK) | SteptoBurn | | | | |
| | | | Mizuki | Mizuki | | | | |
| | | | 16:30 ~ 17:30 | 16:30 ~ 17:15 | | | | |
| | | | Advance | HipPump | | | | |
| | | | Mizuki | Natsuki | | | | |
| | | | | | | | 18:00 ~ 18:45 | |
| 18:00 ~ 18:45 | 18:15 ~ 19:00 | 18:00 ~ 18:45 | Waist (体験OK) | | | | BalanceAdvance | |
| Balance | | Madoka | Haruna | | | | Natsuki | |
| Madoka | | | | | | | 19:30 ~ 20:15 | |
| 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | 19:30 ~ 20:15 | | | | | Reset&Burn | |
| Waist&Hip | Back&Arm | Pilates×Yoga | | | | | Mizuki | |
| Haruna | Mizuki | Comingsoon | | | | | 21:00 ~ 21:45 | |
| 21:00 ~ 21:45 | 20:45 ~ 21:30 | 21:00 ~ 21:45 | | | | | HipPump | |
| Legs | Reset&Burn | Waist&Hip | | | | | Natsuki | |
| Madoka | Natsuki | Haruna | | | | | | |

・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。