

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

SurfFit 銀座店 【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール							2026/06/03 更新			
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16			
火	水	木	金	土	日	月	火			
7:30 ~ 8:15 Pilates×Yoga Aiko	10:30 ~ 11:15 Pre Basic (体験OK) Onri	CLOSE	7:30 ~ 8:15 Back&Chest Mayu	10:00 ~ 10:45 Waist (体験OK) Mayu	10:00 ~ 11:00 Advance Onri	CLOSE	10:30 ~ 11:15 Abs (体験OK) Toki			
10:30 ~ 11:15 CircuitShapeStep Aiko	12:00 ~ 13:00 Advance Toki		10:30 ~ 11:15 Beauty Body (体験OK) Mayu	11:30 ~ 12:15 BalanceAdvance Onri	11:45 ~ 12:30 PowerBeatCamp (体験OK) Toki		12:00 ~ 12:45 GlamorousHip (体験OK) Mayu			
12:00 ~ 12:45 Abs (体験OK) Toki	CLOSE		12:00 ~ 12:45 Waist&Hip Nana	13:00 ~ 13:45 HotWorkout Nana	13:15 ~ 14:00 Pre Basic (体験OK) Comingsoon		13:30 ~ 14:15 StepToBurn Toki			
CLOSE			12:45 ~ 13:15 お試し体験会	12:45 ~ 13:15 お試し体験会	14:30 ~ 15:15 Basic (体験OK) Mayu		14:45 ~ 15:30 Pilates×Yoga Onri			
			16:30 ~ 17:00 お試し体験会	CLOSE	16:00 ~ 16:45 Back&Arm Aiko		16:15 ~ 17:00 GlamorousHip (体験OK) Toki			
17:00 ~ 17:45 PowerBeatCamp (体験OK) Toki			18:00 ~ 20:00 SurFam Comingsoon		17:45 ~ 18:30 HipPump Comingsoon					
18:00 ~ 18:45 Pre Basic (体験OK) Onri			18:00 ~ 18:45 Balance Aiko		CLOSE		CLOSE			
19:30 ~ 20:15 BalanceAdvance Toki			19:30 ~ 20:15 Beauty Body (体験OK) Mayu					19:30 ~ 20:15 SteptoBurn Onri	19:30 ~ 20:15 Abs (体験OK) Aiko	
21:00 ~ 21:45 Reset&Burn Onri			21:00 ~ 21:45 HotWorkout Nana	20:45 ~ 21:30 Waist (体験OK) Onri				21:00 ~ 21:45 HipPump Comingsoon		
									18:00 ~ 18:45 Beauty Body (体験OK) Aiko	19:30 ~ 20:15 CircuitShapeStep Mayu
									21:00 ~ 21:45 Waist&Hip Nana	

- ・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。

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24				
水	木	金	土	日	月	火	水				
10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Comingsoon	CLOSE	10:30 ~ 11:15 HotWorkout Nana	10:00 ~ 10:45 Basic (体験OK) Mayu	10:00 ~ 10:45 BalanceAdvance Onri	CLOSE	7:30 ~ 8:15 Reset&Burn Onri	10:30 ~ 11:15 HipPump Aiko				
12:00 ~ 12:45 BalanceAdvance Aiko		12:00 ~ 12:45 Pre Basic (体験OK) Comingsoon	11:30 ~ 12:15 CircuitShapeStep Aiko	11:30 ~ 12:15 Pre Basic (体験OK) Comingsoon		10:30 ~ 11:15 Back&Arm Onri	12:00 ~ 12:45 Abs (体験OK) Comingsoon				
12:45 ~ 13:15 お試し体験会		13:30 ~ 14:45 GlamorousHip (体験OK) Toki	13:00 ~ 13:45 Abs (体験OK) Onri	13:00 ~ 13:45 Reset&Burn Toki		12:00 ~ 12:45 Basic (体験OK) Comingsoon	CLOSE				
16:30 ~ 17:00 CLOSE お試し体験会		CLOSE	14:30 ~ 15:15 Waist (体験OK) Mayu	14:30 ~ 15:15 PowerBeatCamp (体験OK) Onri		CLOSE					
17:00 ~ 17:45 Waist&Hip Nana			16:00 ~ 16:45 Balance Onri	16:00 ~ 16:45 HipPump Comingsoon							
18:00 ~ 18:45 Reset&Burn Toki			18:00 ~ 18:45 Abs (体験OK) Onri	CLOSE				CLOSE	18:00 ~ 19:00 Advance Chihiro	18:00 ~ 18:45 Beauty Body (体験OK) Toki	
19:30 ~ 20:15 Pre Basic (体験OK) Aiko			19:30 ~ 20:30 Advance Shoko						19:30 ~ 20:15 Back&Arm Onri	19:45 ~ 20:30 Legs Aiko	19:30 ~ 20:15 Balance Onri
21:00 ~ 21:45 Pilates×Yoga Onri			21:00 ~ 21:45 Balance Shoko						21:00 ~ 21:45 Basic (体験OK) Mayu	21:15 ~ 22:00 StepToBurn Mayu	21:00 ~ 21:45 Waist&hip Nana

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30			
木	金	土	日	月	火			
CLOSE	7:30 ~ 8:15 Legs Aiko	10:00 ~ 10:45 Abs (体験OK) Aiko	10:00 ~ 10:45 Back&Arm Aiko	10:30 ~ 11:15 Waist (体験OK) Mayu	10:30 ~ 11:15 StepToBurn Toki			
	10:30 ~ 11:15 Back&Chest Onri	11:30 ~ 12:15 HotWorkout Nana	11:30 ~ 12:15 Beauty Body (体験OK) Toki	12:00 ~ 12:45 CircuitShapeStep Onri	12:00 ~ 12:45 Basic (体験OK) Comingsoon			
	12:00 ~ 12:45 PowerBeatCamp (体験OK) Aiko	13:00 ~ 13:45 Pilates×Yoga Aiko	13:00 ~ 13:45 StepToBurn Mayu	13:30 ~ 14:15 Abs (体験OK) Comingsoon	13:30 ~ 14:15 HotWorkout Nana			
	12:45 ~ 13:15 お試し体験会	14:30 ~ 15:15 Pre Basic (体験OK) Comingsoon	14:30 ~ 15:15 Back&Chest Aiko	14:15 ~ 14:45 お試し体験会	CLOSE			
	16:30 ~ 17:00 お試し体験会	16:00 ~ 16:45 Reset&Burn Aiko	16:00 ~ 17:00 Advance Toki	CLOSE				
	17:00 ~ 17:45 Basic (体験OK) Onri	17:30 ~ 18:15 Waist&Hip Nana	17:45 ~ 18:30 GlamorousHip (体験OK) Mayu					
	18:15 ~ 19:00 BalanceAdvance Toki	18:00 ~ 18:45 Back&Arm Chihiro	CLOSE			CLOSE	18:00 ~ 18:45 Legs Toki	18:00 ~ 18:45 HipPump Mayu
	19:30 ~ 20:15 Pilates×Yoga Onri	19:30 ~ 20:15 HipPump Chihiro					19:30 ~ 20:15 PowerBeatCamp (体験OK) Onri	19:30 ~ 20:15 Balance Aiko
	20:45 ~ 21:30 GlamorousHip (体験OK) Toki	21:00 ~ 21:45 Waist (体験OK) Mayu					21:00 ~ 21:45 GlamorousHip (体験OK) Toki	21:00 ~ 21:45 Back&Arm Onri

・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。