

SurfFit 銀座店		【 08/01 ~ 08/08 】	スケジュール		2026/07/14 更新			
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 10:45	CLOSE	7:30 ~ 8:15	10:30 ~ 11:30	CLOSE	7:30 ~ 8:15	10:00 ~ 10:45	
神曲SURF	Abs (体験OK)		Balance	神曲SURF		Beauty Body (体験OK)	SteptoBurn	
Comingsoon	Mayu		Aiko	Comingsoon		Toki	Aiko	
11:45 ~ 12:30	11:30 ~ 12:15		10:30 ~ 11:15	12:15 ~ 13:00		9:00 ~ 9:30	11:30 ~ 12:15	
GlamorousHip (体験OK)	熱波SURF		Waist (体験OK)	Pre Basic (体験OK)		お試し体験会	Basic (体験OK)	
Onri	Comingsoon		Mayu	Nana		Comingsoon	Nana	
13:15 ~ 14:00	13:00 ~ 13:45		12:00 ~ 13:00	13:00 ~ 13:30		9:30 ~ 10:00	13:00 ~ 14:00	
Back&Arm	Basic (体験OK)		Advance	お試し体験会		お試し体験会	Advance	
Toki	Mayu		Aiko	Comingsoon		Comingsoon	Toki	
14:45 ~ 15:30	14:30 ~ 15:15		CLOSE	CLOSE		CLOSE	10:30 ~ 11:15	14:45 ~ 15:30
Balance	CircuitShapeStep						熱波SURF	Pre Basic (体験OK)
Onri	Aiko						Comingsoon	Onri
16:15 ~ 17:00	16:00 ~ 16:45						12:00 ~ 12:45	16:15 ~ 17:00
Waist (体験OK)	Pre Basic (体験OK)						Back&Arm	HotWorkout
Mayu	Nana						Aiko	Nana
17:45 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:00 ~ 17:45			CLOSE		17:45 ~ 18:30	
HipPump	Back&Chest	Abs (体験OK)					Balance	
Nana	Aiko	Mayu					Onri	
CLOSE	CLOSE	18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	CLOSE		
		Waist&Hip	PowerBeatCamp (体験OK)	HipPump	Waist (体験OK)			
		Nana	Nana	Toki	Mayu			
		19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15			
		HotWorkout	GlamorousHip (体験OK)	Back&Chest	CircuitShapeStep			
		Onri	Toki	Shoko	Mayu			
		21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45			
		Beauty Body (体験OK)	SteptoBurn	BalanceAdvance	Pilates×Yoga			
		Toki	Toki	Shoko	Aiko			

SurfFit 銀座店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2026/07/14 更新	
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:00 ~ 10:45	CLOSE	10:00 ~ 10:45	10:30 ~ 11:15	CLOSE	10:30 ~ 11:15	10:00 ~ 10:45	10:00 ~ 10:45
GlamorousHip (体験OK)		Basic (体験OK)	Abs (体験OK)		PowerBeatCamp (体験OK)	Pilates×Yoga	CircuitShapeStep
Toki		Nana	Mayu		Onri	Aiko	Nana
11:30 ~ 12:30		11:30 ~ 12:15	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	11:30 ~ 12:15	11:30 ~ 12:15
神曲SURF		HotWorkout	熱波SURF		Back&Chest	Waist&Hip	Abs (体験OK)
Comingsoon		Toki	Comingsoon		Mayu	Mayu	Mayu
13:15 ~ 14:00		13:00 ~ 13:45	12:45 ~ 13:15		13:30 ~ 14:15	13:00 ~ 13:45	13:00 ~ 13:45
HipPump		Beauty Body (体験OK)	お試し体験会		BalanceAdvance	Basic (体験OK)	Pre Basic (体験OK)
Onri		Onri	Comingsoon		Onri	Nana	Nana
14:45 ~ 15:30		14:30 ~ 15:15	CLOSE		14:15 ~ 14:45	14:30 ~ 15:15	14:30 ~ 15:15
Beauty Body (体験OK)		HipPump			お試し体験会	Back&Arm	Back&Chest
Mayu		Nana			Comingsoon	Aiko	Toki
16:15 ~ 17:00		16:00 ~ 16:45		16:00 ~ 16:30	CLOSE	16:00 ~ 16:45	16:00 ~ 16:45
BalanceAdvance		Abs (体験OK)		お試し体験会		熱波SURF	Waist (体験OK)
Toki		Toki		Comingsoon		Comingsoon	Mayu
17:45 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:00 ~ 17:45	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15			
PowerBeatCamp (体験OK)	Back&Arm	Balance	Beauty Body (体験OK)	SteptoBurn			
Onri	Onri	Onri	Mayu	Toki			
CLOSE	CLOSE	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	CLOSE	18:15 ~ 18:45	
		CircuitShapeStep	GlamorousHip (体験OK)	Abs (体験OK)		お試し体験会	
		Onri	Mayu	Mayu		Comingsoon	
		19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		CLOSE	
		Waist (体験OK)	Advance	神曲SURF			
		Aiko	Shoko	Comingsoon			
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	21:15 ~ 22:00					
Pre Basic (体験OK)	Waist&Hip	Basic (体験OK)					
Nana	Shoko	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。

SurfFit 銀座店		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2026/07/14 更新	
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
月	火	水	木	金	土	日	月
CLOSE	7:30 ~ 8:15	10:30 ~ 11:15	CLOSE	7:30 ~ 8:15	10:00 ~ 10:45	10:00 ~ 10:45	CLOSE
	Pilates×Yoga	Back&Arm		Basic (体験OK)	Waist (体験OK)	熱波SURF	
	Onri	Onri		Mayu	Onri	Nana	
	10:30 ~ 11:15	12:00 ~ 12:45		9:00 ~ 9:30	11:30 ~ 12:15	11:30 ~ 12:15	
	SteptoBurn	Abs (体験OK)		お試し体験会	BalanceAdvance	GlamorousHip (体験OK)	
	Mayu	Toki		Comingsoon	Toki	Toki	
	12:00 ~ 12:45	CLOSE		9:30 ~ 10:00	13:00 ~ 13:45	13:00 ~ 14:00	
	Waist&Hip			お試し体験会	Pre Basic (体験OK)	Advance	
	Onri			Comingsoon	Nana	Onri	
	12:45 ~ 13:15			10:30 ~ 11:15	14:30 ~ 15:15	14:45 ~ 15:30	
	お試し体験会			HipPump	SteptoBurn	Abs (体験OK)	
	Comingsoon			Nana	Onri	Toki	
	CLOSE			12:00 ~ 12:45	16:00 ~ 16:45	16:15 ~ 17:00	
				CircuitShapeStep	Beauty Body (体験OK)	HipPump	
		Mayu		Toki	Nana		
		17:00 ~ 17:45		CLOSE	17:30 ~ 18:15	17:45 ~ 18:30	
	Beauty Body (体験OK)		HotWorkout	Basic (体験OK)			
Mayu	Nana	Onri					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 18:45	CLOSE		
神曲SURF	Advance	HotWorkout	GlamorousHip (体験OK)	お試し体験会			
Comingsoon	Chihiro	Nana	Toki	Comingsoon			
19:45 ~ 20:30	19:45 ~ 20:30	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	CLOSE			
Basic (体験OK)	HipPump	BalanceAdvance	Waist&Hip				
Aiko	Chihiro	Aiko	Nana				
21:15 ~ 22:00	21:15 ~ 22:00	20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45				
PowerBeatCamp (体験OK)	Waist (体験OK)	Back&Chest	熱波SURF				
Toki	Mayu	Onri	Comingsoon				

SurfFit 銀座店		【 08/25 ~ 08/31 】	スケジュール	2026/07/14 更新			
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
火	水	木	金	土	日	月	
10:30 ~ 11:15 GlamorousHip (体験OK) Mayu	10:30 ~ 11:30 Advance Onri	CLOSE	10:30 ~ 11:15 Back&Chest Aiko	10:00 ~ 10:45 PowerBeatCamp (体験OK) Nana	10:00 ~ 11:00 神曲SURF Comingsoon	CLOSE	
12:00 ~ 12:45 HotWorkout Toki	12:15 ~ 13:00 Pre Basic (体験OK) Toki		12:00 ~ 12:45 Waist (体験OK) Onri	11:30 ~ 12:15 Balance Onri	11:45 ~ 12:30 熱波SURF Comingsoon		
13:30 ~ 14:15 Beauty Body (体験OK) Mayu	CLOSE		13:30 ~ 14:30 神曲SURF Comingsoon	13:00 ~ 13:45 GlamorousHip (体験OK) Mayu	13:15 ~ 14:00 Special Lesson ※詳細・予約、後日公開となります Comingsoon		
CLOSE			16:00 ~ 16:30 お試し体験会 Comingsoon	CLOSE	14:30 ~ 15:15 Back&Arm Toki		14:45 ~ 15:30 Special Lesson ※詳細・予約、後日公開となります Comingsoon
			17:00 ~ 17:45 CircuitShapeStep Nana		16:00 ~ 17:30 SurFam Premium Aiko		16:15 ~ 17:00 Special Lesson ※詳細・予約、後日公開となります Comingsoon
			18:00 ~ 18:45 Waist&Hip Nana		CLOSE		CLOSE
			19:30 ~ 20:15 Back&Arm Onri				
			21:00 ~ 21:45 Basic (体験OK) Onri				
18:00 ~ 18:45 PowerBeatCamp (体験OK) Nana	18:15 ~ 19:00 Pre Basic (体験OK) Nana		18:00 ~ 18:45 SteptoBurn Onri				
19:30 ~ 20:15 Abs (体験OK) Mayu	19:30 ~ 20:15 熱波SURF Comingsoon		19:30 ~ 20:15 Beauty Body (体験OK) Onri				
21:00 ~ 21:45 Pilates×Yoga Aiko	20:45 ~ 21:30 Balance Toki	21:00 ~ 21:45 HipPump Mayu					

・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時間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時刻1時間前を切つ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。