

SurfFit 銀座店		【 08/01 ~ 08/08 】	スケジュール		2026/08/19 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		
Aiko	Mayu		Aiko	Onri		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	Nana		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	Onri		
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						Toki	Aiko	
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	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		Nana	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		2026/08/19 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 GlamorousHip (体験OK) Toki	CLOSE	10:00 ~ 10:45 Basic (体験OK) Nana	10:30 ~ 11:15 Abs (体験OK) Mayu	CLOSE	10:30 ~ 11:15 PowerBeatCamp (体験OK) Onri	10:00 ~ 10:45 Pilates×Yoga Aiko	10:00 ~ 10:45 CircuitShapeStep Nana		
11:30 ~ 12:30 神曲SURF Mayu		11:30 ~ 12:15 HotWorkout Toki	12:00 ~ 12:45 熱波SURF Toki		12:00 ~ 12:45 Back&Chest Mayu	11:30 ~ 12:15 Waist&Hip Mayu	11:30 ~ 12:15 Abs (体験OK) Mayu		
13:15 ~ 14:00 HipPump Onri		13:00 ~ 13:45 Beauty Body (体験OK) Onri	12:45 ~ 13:15 お試し体験会 Comingsoon		13:30 ~ 14:15 BalanceAdvance Onri	13:00 ~ 13:45 Basic (体験OK) Nana	13:00 ~ 13:45 Pre Basic (体験OK) Nana		
14:45 ~ 15:30 Beauty Body (体験OK) Mayu		14:30 ~ 15:15 HipPump Nana	CLOSE		14:15 ~ 14:45 お試し体験会 Comingsoon	14:30 ~ 15:15 Back&Arm Aiko	14:30 ~ 15:15 Back&Chest Toki		
16:15 ~ 17:00 BalanceAdvance Toki		16:00 ~ 16:45 Abs (体験OK) Toki			16:00 ~ 16:30 お試し体験会 Comingsoon	CLOSE	16:00 ~ 16:45 熱波SURF Nana	16:00 ~ 16:45 Waist (体験OK) Mayu	
17:45 ~ 18:30 PowerBeatCamp (体験OK) Onri		17:30 ~ 18:15 Back&Arm Onri			17:00 ~ 17:45 Balance Onri		17:30 ~ 18:15 Beauty Body (体験OK) Mayu	17:30 ~ 18:15 SteptoBurn Toki	
CLOSE		CLOSE			18:00 ~ 18:45 CircuitShapeStep Onri		18:15 ~ 19:00 GlamorousHip (体験OK) Mayu	18:00 ~ 18:45 Abs (体験OK) Mayu	CLOSE
					19:30 ~ 20:15 Waist (体験OK) Aiko	19:30 ~ 20:30 Advance Shoko	19:30 ~ 20:30 神曲SURF Aiko	CLOSE	
					21:00 ~ 21:45 Pre Basic (体験OK) Nana	21:00 ~ 21:45 Waist&Hip Shoko	21:15 ~ 22:00 Basic (体験OK) 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		2026/08/19 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 Pilates×Yoga Onri	10:30 ~ 11:15 Back&Arm Onri	CLOSE	7:30 ~ 8:15 Basic (体験OK) Mayu	10:00 ~ 10:45 Waist (体験OK) Onri	10:00 ~ 10:45 Waist&Hip Nana	CLOSE		
	10:30 ~ 11:15 StepstoBurn Onri	12:00 ~ 12:45 Abs (体験OK) Toki		9:00 ~ 9:30 お試し体験会 Comingsoon	11:30 ~ 12:15 BalanceAdvance Toki	11:30 ~ 12:15 GlamorousHip (体験OK) Toki			
	12:00 ~ 12:45 Waist&Hip Mayu	CLOSE		9:30 ~ 10:00 お試し体験会 Comingsoon	13:00 ~ 13:45 Pre Basic (体験OK) Nana	13:00 ~ 14:00 Advance Onri			
	12:45 ~ 13:15 お試し体験会 Comingsoon			10:30 ~ 11:15 HipPump Nana	14:30 ~ 15:15 StepstoBurn Onri	14:45 ~ 15:30 Abs (体験OK) Toki			
	CLOSE			12:00 ~ 12:45 CircuitShapeStep Mayu	16:00 ~ 16:45 Beauty Body (体験OK) Toki	16:15 ~ 17:00 HipPump Nana			
				17:00 ~ 17:45 Beauty Body (体験OK) Mayu	CLOSE	17:30 ~ 18:15 HotWorkout Nana		17:45 ~ 18:30 Basic (体験OK) Onri	
				18:00 ~ 19:00 神曲SURF Mayu		18:00 ~ 19:00 Advance Chihiro		18:15 ~ 18:45 HotWorkout Nana	18:00 ~ 18:45 GlamorousHip (体験OK) Toki
				19:45 ~ 20:30 Basic (体験OK) Aiko	19:45 ~ 20:30 HipPump Chihiro	19:30 ~ 20:15 CircuitShapeStep Nana		19:30 ~ 20:15 Waist&Hip Nana	CLOSE
	21:15 ~ 22:00 PowerBeatCamp (体験OK) Toki	21:15 ~ 22:00 Waist (体験OK) Mayu		20:45 ~ 21:30 Back&Chest Mayu	21:00 ~ 21:45 熱波SURF Toki				

SurfFit 銀座店		【	08/25	～	08/31	】	スケジュール		2026/08/19	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		10:30 ～ 11:30		CLOSE		10:30 ～ 11:15		10:00 ～ 10:45		10:00 ～ 11:00		CLOSE	
GlamorousHip (体験OK)		Advance				Back&Chest		PowerBeatCamp (体験OK)		神曲SURF			
Toki		Toki				Onri		Nana		Onri×Mayu			
12:00 ～ 12:45		12:15 ～ 13:00				12:00 ～ 12:45		11:30 ～ 12:15		11:45 ～ 12:30			
HotWorkout		Pre Basic (体験OK)				Waist (体験OK)		Balance		熱波SURF			
Nana		Toki				Onri		Onri		Toki×Nana			
13:30 ～ 14:15		CLOSE				13:30 ～ 14:30		13:00 ～ 13:45		13:15 ～ 14:00			
Beauty Body (体験OK)						神曲SURF		GlamorousHip (体験OK)		旧StepstoBurn			
Toki						Mayu		Mayu		Aiko			
CLOSE				CLOSE		14:30 ～ 15:15		14:45 ～ 15:30					
						Back&Arm		Special Lesson					
						Toki		Chihiro×Mako					
						16:00 ～ 17:30		16:00 ～ 17:00					
						SurFam Premium		Advance					
						Aiko		Misako					
		CLOSE				CLOSE		CLOSE		CLOSE			
18:00 ～ 18:45		18:00 ～ 18:45		18:15 ～ 19:00		18:00 ～ 18:45		CLOSE		CLOSE			
Waist&Hip		PowerBeatCamp (体験OK)		Pre Basic (体験OK)		StepstoBurn							
Nana		Nana		Nana		Onri							
19:30 ～ 20:15		19:30 ～ 20:15		19:30 ～ 20:15		19:30 ～ 20:15							
Back&Arm		Pilates×Yoga		熱波SURF		Beauty Body (体験OK)							
Chihiro		Onri		Toki		Mayu							
21:00 ～ 21:45		21:00 ～ 21:45		20:45 ～ 21:30		21:00 ～ 21:45							
Basic (体験OK)		Abs (体験OK)		Balance		HipPump							
Mayu		Onri		Toki		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。