

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

SurfFit 銀座店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2026/08/08 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		2026/08/08 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	10:30 ~ 11:15 Back&Arm	CLOSE	7:30 ~ 8:15 Basic (体験OK)	10:00 ~ 10:45 Waist (体験OK)	10:00 ~ 10:45 Waist&Hip	CLOSE		
	Onri	Onri		Mayu	Onri	Nana			
	10:30 ~ 11:15 StepstoBurn	12:00 ~ 12:45 Abs (体験OK)		9:00 ~ 9:30 お試し体験会	11:30 ~ 12:15 BalanceAdvance	11:30 ~ 12:15 GlamorousHip (体験OK)			
	Onri	Toki		Comingsoon	Toki	Toki			
	12:00 ~ 12:45 Waist&Hip	CLOSE		9:30 ~ 10:00 お試し体験会	13:00 ~ 13:45 Pre Basic (体験OK)	13:00 ~ 14:00 Advance			
	Mayu			Comingsoon	Nana	Onri			
	12:45 ~ 13:15 お試し体験会			10:30 ~ 11:15 HipPump	14:30 ~ 15:15 StepstoBurn	14:45 ~ 15:30 Abs (体験OK)			
	Comingsoon			Nana	Onri	Toki			
	CLOSE			12:00 ~ 12:45 CircuitShapeStep	16:00 ~ 16:45 Beauty Body (体験OK)	16:15 ~ 17:00 HipPump			
				Mayu	Toki	Nana			
				17:00 ~ 17:45 Beauty Body (体験OK)	CLOSE	17:30 ~ 18:15 HotWorkout		17:45 ~ 18:30 Basic (体験OK)	
				Mayu		Nana		Onri	
	18:00 ~ 19:00 神曲SURF			18:00 ~ 19:00 Advance	18:15 ~ 19:00 HotWorkout	18:00 ~ 18:45 GlamorousHip (体験OK)		18:15 ~ 18:45 お試し体験会	CLOSE
	Mayu			Chihiro	Nana	Toki		Comingsoon	
	19:45 ~ 20:30 Basic (体験OK)	19:45 ~ 20:30 HipPump		19:30 ~ 20:15 BalanceAdvance	19:30 ~ 20:15 Waist&Hip	CLOSE			
	Aiko	Chihiro		Aiko	Nana				
21:15 ~ 22:00 PowerBeatCamp (体験OK)	21:15 ~ 22:00 Waist (体験OK)	20:45 ~ 21:30 Back&Chest	21:00 ~ 21:45 熱波SURF						
Toki	Mayu	Aiko	Toki						

SurfFit 銀座店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		2026/08/08	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	CLOSE
GlamorousHip (体験OK)	Advance		Back&Chest	PowerBeatCamp (体験OK)	神曲SURF		
Mayu	Aiko		Aiko	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		
Mayu			Aiko	Mayu	Aiko		
CLOSE			CLOSE	CLOSE	14:30 ~ 15:15		
		Back&Arm			Special Lesson		
		Toki			Chihiro×Mako		
	16:00 ~ 17:30	16:00 ~ 17:00					
	SurFam Premium	Advance					
18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	CLOSE	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)				
Aiko	Onri	Toki	Onri				
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				
Aiko	Mayu	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。