

スケジュール

2028/08/11

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					
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15		CLOSE		10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15		CLOSE		10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15					
神曲 SURF		Pre Basic (体験 OK)				BalanceAdvance		Waist&Hip				Back&Arm		Balance					
Mizuki		Madoka				Mizuki		Haruna				Madoka		Mizuki					
12:15 ~ 13:00		12:00 ~ 12:45				12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45				12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45					
熱波 SURF		Pilates×Yoga				HipPump		CircuitShapeStep				Waist (体験 OK)		GlamorousHip (体験 OK)					
Madoka		Natsuki				Mizuki		Natsuki				Haruna		Haruna					
13:45 ~ 14:30		13:30 ~ 14:15				13:30 ~ 14:15		13:15 ~ 13:45				13:30 ~ 14:15		13:30 ~ 14:30					
Basic (体験 OK)		Back&Arm				Basic (体験 OK)		お試し体験会				Pilates×Yoga		Advance					
Haruna		Madoka				Madoka						Madoka		Mizuki					
15:15 ~ 16:00		15:00 ~ 15:45				CLOSE		CLOSE				CLOSE		CLOSE		15:15 ~ 16:00			
Abs (体験 OK)		熱波 SURF		PowerBeatCamp (体験 OK)															
Mizuki		Madoka		Haruna															
16:45 ~ 17:30		16:30 ~ 17:15		16:45 ~ 17:30															
SteptoBurn		GlamorousHip (体験 OK)		Beauty Body (体験 OK)															
Natsuki		Natsuki		Mizuki															
CLOSE		CLOSE		18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 18:45						18:15 ~ 19:00		18:00 ~ 18:45	
				Advance						GlamorousHip (体験 OK)						HotWorkout		Pre Basic (体験 OK)	
				Natsuki						Mizuki						Natsuki		Natsuki	
				19:45 ~ 20:30						19:30 ~ 20:15						19:30 ~ 20:15		19:30 ~ 20:15	
				Waist (体験 OK)		HipPump		熱波 SURF		PowerBeatCamp (体験 OK)									
				Haruna		Natsuki		Mizuki		Haruna									
				21:15 ~ 22:00		21:00 ~ 21:45		20:45 ~ 21:30		21:00 ~ 21:45									
Pilates×Yoga		SteptoBurn		Beauty Body (体験 OK)		Waist&Hip													
Natsuki		Mizuki		Mizuki		Natsuki													

スケジュール

2026/08/1

買新

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:15	CLOSE	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	CLOSE	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	
Abs (体験 OK)		Pre Basic (体験 OK)	HotWorkout		Waist (体験 OK)	Back&Arm	Basic (体験 OK)	
Haruna		Madoka	Mizuki		Natsuki	Madoka	Haruna	
12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	
BalanceAdvance		CircuitShapeStep	Beauty Body (体験 OK)		神曲 SURF	Abs (体験 OK)	HipPump	
Mizuki		Mizuki	Madoka		Comingsoon	Haruna	Natsuki	
13:30 ~ 14:15		13:30 ~ 14:15	13:15 ~ 13:45		13:45 ~ 14:30	13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15	
Waist&Hip		Back&Chest	お試し体験会		BalanceAdvance	Pre Basic (体験 OK)	HotWorkout	
Haruna		Madoka			Natsuki	Madoka	Natsuki	
15:00 ~ 15:45		15:00 ~ 15:45	CLOSE		CLOSE	CLOSE	15:00 ~ 15:45	15:00 ~ 15:45
Beauty Body (体験 OK)		HipPump					Beauty Body (体験 OK)	Waist (体験 OK)
Mizuki		Mizuki					Madoka	Haruna
16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:15					16:30 ~ 17:15	16:30 ~ 17:15
神曲 SURF			Basic (体験 OK)		お試し体験会		StepToBurn	Balance
Mizuki		Madoka			Haruna	Natsuki		
CLOSE	CLOSE	17:45 ~ 18:15		17:00 ~ 17:45				
		お試し体験会		Back&Chest				
				Madoka				
		CLOSE	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45			
			Basic (体験 OK)	PowerBeatCamp (体験 OK)	Back&Arm			
			Haruna	Haruna	Madoka			
			19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:15			
Waist&Hip	Advance		GlamorousHip (体験 OK)					
Haruna	Natsuki	Haruna						
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45						
CircuitShapeStep	熱波 SURF	Balance						
Natsuki	Natsuki	Madoka						

・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週間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前まで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、翌月の予約可回数が1回に制限されます。

スケジュール

2026/08/1

買新

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	10:30 ~ 11:15 CircuitShapeStep Natsuki	10:30 ~ 11:30 Advance Madoka	CLOSE	10:30 ~ 11:15 GlamorousHip (体験OK) Haruna	10:30 ~ 11:15 Back&Chest Madoka	10:30 ~ 11:15 CircuitShapeStep Mizuki	CLOSE	
	12:00 ~ 12:45 Balance Madoka	12:15 ~ 13:00 Waist (体験OK) Haruna		12:00 ~ 12:45 SteptoBurn Mizuki	12:00 ~ 12:45 Waist (体験OK) Haruna	12:00 ~ 12:45 Back&Chest Natsuki		
	13:30 ~ 14:15 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	13:15 ~ 13:45 お試し体験会		13:30 ~ 14:15 Basic (体験OK) Haruna	13:30 ~ 14:15 Back&Arm Madoka	13:30 ~ 14:15 Beauty Body (体験OK) Mizuki		
	CLOSE	CLOSE		CLOSE	CLOSE	15:00 ~ 16:00 神曲SURF Comingsoon		15:00 ~ 15:45 Pilates×Yoga Mizuki
						16:45 ~ 17:30 Pre Basic (体験OK) Madoka		16:30 ~ 17:15 HipPump Natsuki
						CLOSE		CLOSE
	18:00 ~ 18:45 Basic (体験OK) Haruna	18:00 ~ 18:45 HipPump Natsuki		18:15 ~ 19:00 Waist&Hip Natsuki	18:00 ~ 18:45 HotWorkout Natsuki			
	19:30 ~ 20:15 SteptoBurn Haruna	19:30 ~ 20:15 GlamorousHip (体験OK) Haruna		19:30 ~ 20:30 神曲SURF Mizuki	19:30 ~ 20:15 Pilates×Yoga Mizuki			
	21:00 ~ 21:45 Back&Chest Madoka	21:00 ~ 21:45 BalanceAdvance Natsuki		21:00 ~ 21:45 PowerBeatCamp (体験OK) Natsuki	21:00 ~ 21:45 Pre Basic (体験OK) Natsuki			

SurfFit 梅田店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		2026/08/11	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	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	CLOSE						
Back&Chest	神曲SURF		Pre Basic (体験OK)	Back&Arm	熱波SURF							
Natsuki	Mizuki		Natsuki	Madoka	Natsuki							
12:00 ~ 12:45	12:15 ~ 13:00		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00							
PowerBeatCamp (体験OK)	Beauty Body (体験OK)		Waist&Hip	Abs (体験OK)	神曲SURF							
Haruna	Madoka		Haruna	Haruna	Comingsoon							
13:30 ~ 14:15	13:15 ~ 13:45		13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15	13:45 ~ 14:30							
HipPump	お試し体験会		BalanceAdvance	熱波SURF	Reggae Remix							
Natsuki			Natsuki	Mizuki	Mizuki							
CLOSE	CLOSE		16:00 ~ 16:30	CLOSE	15:00 ~ 15:45			15:15 ~ 16:00				
		Beauty Body (体験OK)			Special Lesson							
		Natsuki			Madoka							
		16:30 ~ 18:00			16:45 ~ 17:30							
		SurFam Premium	Special Lesson									
		Comingsoon	Shoko									
		CLOSE	CLOSE		CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE				
									18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45
									Waist (体験OK)	Waist&Hip	CircuitShapeStep	PowerBeatCamp (体験OK)
									Haruna	Haruna	Mizuki	Mizuki
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:15					19:30 ~ 20:15			
熱波SURF	Advance			HipPump					Abs (体験OK)			
Madoka	Natsuki	Mizuki	Haruna									
21:00 ~ 21:45	21:15 ~ 22:00	20:45 ~ 21:00	21:00 ~ 21:45									
Basic (体験OK)	Abs (体験OK)	Balance	Back&Arm									
Haruna	Haruna	Madoka	Mizuki									

・クラスの曜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週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。