

4月 ロコモK.Oフレンドレッスン

ヨガ・ボクササイズ・HIIT・ピラティス・
ストレッチ・ズンバ・ゆらぎ体操

上記のスクールをランダムに開催します。

参加方法

- ① 開催スケジュールをチェック
- ② 予約
(空きがあれば当日参加も可能です!)
- ③ レッスンが始まる5分前に
スタジオエリアに集合



回数券1枚またはロコチケ2マスで
1レッスンに参加できます。

レッスン参加回数券

- ・1枚..... 750円
- ・3枚セット 2,150円
- ・5枚セット 3,000円

レッスン参加ロコチケ

- ・1枚(8マス) 3,000円
- ・3枚セット 8,500円
- ・5枚セット 12,000円

4月のレッスンスケジュール【各レッスン 定員6名】

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 【サンストリート浜北店】 ヨ ガ 10:00 ピラティス 15:00	4	5
6 ボクササイズ 10:00 ストレッチ 11:00	7	8	9 ヨ ガ 14:00 ゆらぎ体操 15:00	10 ピラティス 15:00	11 ズンバ 15:30 ズンバ 16:30	12
13	14	15 ピラティス 17:45	16 【サンストリート浜北店】 ヨ ガ 10:00	17 【サンストリート浜北店】 ゆらぎ体操 10:00	18	19 ゆらぎ体操 13:30
20	21 ピラティス 17:45	22	23 ゆらぎ体操 14:00 ズンバ 15:30 ズンバ 16:30	24	25 ヨ ガ 15:30 ズンバ 16:30	26
27 ボクササイズ 10:00 ストレッチ 11:00	28	29 ボクササイズ 9:00 ストレッチ 10:00 【サンストリート浜北店】 ピラティス 10:00	30			

※ロコモ K.O フレンドレッスンのスケジュールは、毎月月末に掲示と SNS にてお知らせします。

※予約優先とさせていただきます。

フィットネススクール

ロコモK.O

浜松半田店



053-589-5552