



もっとロコモK.Oを楽しもう！

6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

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

※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