

～ Body Consulting Station KIZUKI三苦店 schedule 11月 ～

	月	火	水	木	金	土	日
9:00						9:00～11:00	
9:30					9:15～10:15 朝ヨガ	ランニングレッスン 沖田中央公園	
10:00							
10:30	10:05～10:35 モーニング ストレッチ				10:20～10:50 改善リセット		
11:00			11:10～11:40 Kizビクス				
11:30		11:30～12:00 やさしいステップ	11:45～12:45 リラクゼーションヨガ				
12:00		12:00～12:30 体カUPリセット					
12:30							
13:00						13:00～14:00 コアヨガ	
13:30	13:30～14:00 やさしい エアロビクス				13:30～14:00 やさしい ステップ		
14:00	14:00～14:30 体カUPリセット				14:00～14:30 体カUPリセット		
14:30							
15:00						14:40～15:10 体カUPリセット	
15:30		15:45～16:15 体カUPリセット	15:15～15:45 改善リセット			15:15～15:45 シェイプステップ	
16:00		16:20～16:50 Kizビクス					
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							

料金体系	月4回	月8回	スタジオ・ランニング受け放題	単発
	5,500円	7,700円	8,800円	2,200円

レッスンについて	
<input type="checkbox"/>	各レッスン事前予約制になります。
<input type="checkbox"/>	リセット定員5名、スタジオ10名
<input type="checkbox"/>	動きやすい服装、タオルをお持ちください
<input type="checkbox"/>	研修等でお休みの日があります。

☀福岡市東区三苦5-1-37 ラ・ファール1F ☎092-607-3677 【営業時間】☀平日・土曜 9:00-18:00 【店休日】日曜