

5/4(日・祝)みどりの日			5/5(月・祝)こどもの日			5/6(火・祝)振替休日		
スタジオ1	ジム	プール	スタジオ1	ジム	プール	スタジオ1	ジム	プール
10:30 10:30~10:50 モーニングレッスン 山本			10:30~10:50 モーニングレッスン 山本			10:30~10:50 モーニングレッスン 磯部		
11:00 11:15~11:45 コアトレ 佐々木			11:00~11:20 筋トレ教室 山本	11:15~12:00 シェイプエアロ (中級) 山北	11:30~11:50 フォームローラー 北川	11:00~11:20 コアトレ 北川	11:15~12:00 マイクロ ヨガ 大場	11:30~11:50 ストレッチ 北川
12:00 12:00~12:45 ボディコンバット 45 佐々木	12:15~12:35 筋トレ教室 田村		12:15~13:00 パワーヨガ 高砂		12:15~12:45 クロール 初級 北川	12:15~13:00 ZUMBA 阿部		12:15~12:45 平泳ぎ 初級 北川
13:00 13:00~13:45 HIP HOP 佐々木			13:15~14:00 オリジナルエアロ (初中級) 高砂			13:15~14:00 ピラティス 江村		
14:00 14:10~14:30 ストレッチ 山本			15:20~15:40 筋トレ教室 山本			13:10~13:30 ストレッチ 磯部		

10:00~19:00(ジム・プール・風呂18:45)まで営業



スポーツクラブ **REFRE**

【営業】
平日 10:00~23:00
土曜 10:00~21:00
日/祝 10:00~19:00
木曜 休館日

北九州市若松区二島2丁目2-14

TEL 093-791-3370

スポーツクラブリフレ 検索

【公式ホームページ】

【スポーツクラブリフレ若松】

【refre_wakamatsu】

◆体験プランのご案内◆

- 5回体験(14日間)→**¥3,000**税込!
※お一人様1回限り
- 1日体験→**¥2,200**税込!
今なら**¥1,100**税込

※LINEクーポンが必要になります。
※お一人様1回限り
※2回目以降2,200円税込

インストラクターの都合により急遽内容の変更または休講となる場合がございます。予めご了承ください。