



スポーツクラブリフレ若松 特別レッスンスケジュール



12日(月・祝) スポーツの日

	スタジオ1	スタジオ2	プール
10:30	10:30~10:50 モーニングレッスン		
11:00	北川	2F 11:00~11:20 フォームローラー 北川	
	11:15~12:00 シェイプエアロ (初中級)		11:40~12:00 ウォーターシェイプ 山本
12:00	山北		12:15~13:00 クロール (初中級)
	12:15~12:45 はじめてステップ		
13:00	山北 13:00~13:30 Power Weight 30		北川 13:10~13:40 フィン & パドル
14:00	山本		北川
15:00			
16:00			
17:00			



【営業時間】

10:00~19:00 (ジム・プール・風呂18:45まで)

◆体験プランのご案内◆

ジム、プール、スタジオ、お風呂、
サウナ、体組成測定、
カウンセリング付き！超お得だよ♪
※要予約

●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

●5回体験(14日間)

→ **¥3,000** 税込

※申込日より14日間でお好きな5回を体験できます

※お一人様1回まで ※キャッシュバックはございません



【営業時間】

平日 10:00~23:00

土曜 10:00~21:00

日/祝日 10:00~19:00

木曜 メンテナンス日(休館日)

住所/北九州市若松区二島2丁目2-14

TEL / (093) 791-3370