

2025 MARCH



03

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4 10:30~11:30 19:30~20:30	5 10:30~11:30	6 12:30~13:30 19:30~20:30	7 10:30~11:30 20:00~21:00	8
9	10	11 10:30~11:30 19:30~20:30	12 10:30~11:30	13 12:30~13:30 19:30~20:30	14 10:30~11:30 20:00~21:00	15
16	17	18 10:30~11:30 19:30~20:30	19 10:30~11:30	20 12:30~13:30 19:30~20:30	21 10:30~11:30 20:00~21:00	22
23	24	25 10:30~11:30 19:30~20:30	26 10:30~11:30	27 12:30~13:30 19:30~20:30	28 10:30~11:30 20:00~21:00	29
30	31					

ピラティス  
インストラクター

【料金】 通常月謝 5,830 円



Eiko

10:30~11:30

20:00~21:00



TEL : 090-9652-9914

Instagram : @kumaspo\_eichan

ゆっくりしたテンポで、  
心とカラダをほぐしながら正しい姿勢へ



Yoko

12:30~13:30

19:30~20:30



TEL : 090-9603-1536

Instagram : @\_\_dighug

カラダの使い方を追求し、  
しなやかで綺麗な姿勢を目指しましょう♡

## Topic

ご自身はもちろん  
ご家族への体験レッスンの  
プレゼントはいかがですか？  
(体験1000円・初回限り)

お気軽にお問い合わせください！

〒861-2105

(株)熊本スポーツクラブ 熊本市東区秋津町秋田3443-36

TEL/FAX : 096-365-3240 HP : Kumaspo.com