

Feels STUDIO

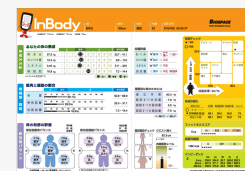
KOSHIGAYA MENU

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
10:00~10:50	バランスボール Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson
11:00~11:50	コアヒーリング Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson
12:30~13:20	ストレッチ Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson
14:00~14:50	ヨガ Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	岡村 美和子 ヨガ	山田 泰子 エアロビクス	コアヒーリング Visual Lesson
15:00~15:50	S.W.F STAFF GUEST community time						
16:00~16:50	ヨガ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	山田 泰子 椅子ヨガ	石岡 由加理 ピラティス
17:00~17:50	コアヒーリング Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson
18:30~19:20	ストレッチ Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson
19:30~20:20	バランスボール Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	バランスボール Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson
21:00~21:50	ヨガ Visual Lesson	コアヒーリング Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	ヨガ Visual Lesson	ストレッチ Visual Lesson

		Feels CARD MEMBER	VISITOR
1	Visual Lesson	無料	¥525
	Fitness Check	無料	
2	School	30% OFF ¥1,470	¥2,100



Fitness Check 体成分測定



お買い物のついでに自分をチェック!

★ Feels CARD MEMBER 登録費 ¥5,250

★ Fitness Check は随時実施しております。お気軽に STAFF までお問い合わせ下さい。

★ School は基本予約制となります、予約、確認等は。

TEL 0489 - 61 - 3121 | SOUTHERNWIND FEELS越谷 Lake Town KAZE 店