



ライフキネティックスクール開講決定!!

第一期(前半)

11月～12月全6回の教室スタート

	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
月 14時	11月9日	11月16日	11月30日	12月7日	12月14日	12月21日
木 11時	11月12日	11月19日	11月26日	12月10日	12月17日	12月24日

ライフキネティックとは？

ドイツで開発された「運動と脳トレを組み合わせたエクササイズ」です。子どもから大人まで、年齢・体力レベルに関わらず、誰でも楽しくできるのが特徴です。

中高年者
認知症予防

アスリート
パフォーマンス
向上

ライフ
キネティック

児童・生徒
学生
学習能力向上

社会人・勤労者
メンタルヘルス
仕事の能力向上



ご案内

- 全12回セットの前半6回分のスクールになります。後期は1月～2月の予定です。
- 週に2回同じ内容を行うので、ご都合のいい日時どちらかに参加ください。
- お休みされる場合、セット料金での返金は致しかねます。ご了承ください。

料金

- 6回セット
40000円 → 9000円(1回あたり1500円)
- 12回セット
20000円 → 17000円(1回あたり1416円)
- 1回(各回)
1700円

ご予約・お問合せ パーソナルトレーニングジム **R's Bay** (アールズベイ)

〒134-0081 江戸川区北葛西 4-2-34-122

☎03-6808-8484 LINE: @rs-bay

