

＼学びの空間であらたな自分を見つけよう!!／

夏スクール入会 キャンペーン開催!!

開催期間 7月3日(木)～8月31日(日)

ピラティス



対象

おとな

ベビー

オススメ

気持ちのいい呼吸
美しい姿勢づくり
カラダのバランス調整

ヨガ



対象

おとな

マタニティ

ベビー

オススメ

呼吸とカラダの連動
腰痛・肩こり改善
柔軟性の向上

ダンス



対象

おとな

こども

オススメ

リズム感の向上
仲間と協力できる力
自己肯定感の向上

ZUMBA



対象

おとな

こども

オススメ

楽しく運動
初心者でも安心な動き
ストレス発散

BODY BALANCE



対象

おとな

オススメ

体幹の強化
全身筋力向上
綺麗な姿勢づくり

キャンペーン

期間限定入会特典!

入会金

通常

11,000円(税込)

無料

事務手数料

通常

5,500円(税込)

無料

キャンペーン
特設ページはこちら



Photo:Toshihisa Ishii



ラージスタジオ



スモールスタジオ



ワークラウンジ



カルチャースタジオ



リビング

〒819-0006 福岡市西区姪浜1丁目10-20
MEINOHAMA STEPS 4F

☎080-5737-8683

詳しくは右記QRのホームページをチェック
もしくはWEBで検索! **ゴカント 姪浜**

営業時間

平・土 10:00~22:00
日・祝 10:00~20:00

休店日

水曜日



5
gokan+
学びの空間

充実の運動スクールラインナップ

運動以外に音楽・語学・料理・教養など
多種多様なスクール!

スクール一覧
はこちら



ピラティス

講師 岡 公美
曜日 火曜(毎週)
時間 15:00~16:00
金額 **9,900円** (税込)



おとな

講師 中村 聡子
曜日 木曜(毎週)
時間 10:45~11:45
金額 **9,900円** (税込)



ベビー

講師 Emi
曜日 木曜(第2・4)
時間 11:45~12:45
金額 **4,900円** (税込)



おとな

講師 Emi
曜日 土曜(第2・4)
時間 12:30~13:30
金額 **4,900円** (税込)

ヨガ

講師 大藤 あや
曜日 月曜(毎週)
時間 13:15~14:15
金額 **9,000円** (税込)



おとな

講師 eri
曜日 金曜(第2・4)
時間 10:00~11:00
金額 **4,400円** (税込)



おとな

講師 Ayumi
曜日 木曜(毎週)
時間 20:00~21:00
金額 **8,000円** (税込)



おとな

講師 Asuka
曜日 土曜(第2・4)
時間 19:45~20:45
金額 **5,500円** (税込)



おとな

講師 大藤 あや
曜日 月曜(毎週)
時間 12:00~13:00
金額 **10,000円** (税込)



マタニティ

はじめてのフラダンス

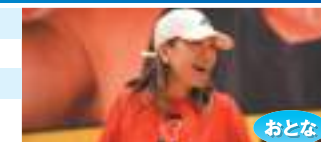
講師 Sara
曜日 金曜(第2・4)
時間 19:15~20:30
金額 **4,400円** (税込)



おとな こども

ZUMBA®

講師 山科 久実
曜日 木曜(毎週)
時間 17:55~18:25
金額 **3,300円** (税込)



おとな

ダンス

講師 いずみ
曜日 日曜(毎週)
時間 15:30~16:30、16:45~17:45
金額 **7,700円** (税込)



こども

講師 いずみ
曜日 月曜(毎週)
時間 10:45~11:45
金額 **7,700円** (税込)



おとな

Balletone (バレエフィットネス)

講師 chihiro
曜日 火曜(毎週)
時間 12:30~13:30
金額 **8,000円** (税込)



おとな

フェムテック

講師 TOMOKO
曜日 火曜(毎週)
時間 11:15~12:15
金額 **7,700円** (税込)



おとな

古式武術から学ぶ身体の使い方

講師 居と心地 竹内 雅子
曜日 金曜(第1・3)
時間 19:45~21:15
金額 **6,600円** (税込)



おとな

パラディソ体操®

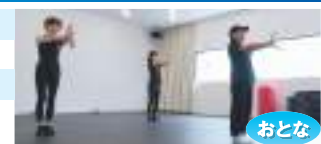
講師 松川 主枝
曜日 木曜(毎週)
時間 14:30~15:30
金額 **8,000円** (税込)



おとな

BAILA BAILA

講師 山科 久実
曜日/時間 木曜(毎週) 18:45~19:45
土曜(毎週) 11:15~12:15
金額 **7,000円** (税込)



おとな

エアロビクス初級

講師 大庭 めぐみ
曜日 火曜(毎週)
時間 20:30~21:30
金額 **7,150円** (税込)



おとな

LESSMILLS SCHOOL



7スクール開催! 一覧はこちら▶



日本舞踊(若柳流)

講師 若柳 吉光吾
曜日/時間 月曜(第1・3) 14:30~15:45
金曜(第2・4) 11:15~12:45
金額 **5,000円** (税込)



おとな

腸&リンパ美人エクササイズ

講師 YOKO
曜日 土曜(毎週)
時間 10:00~11:00
金額 **6,600円** (税込)



おとな

空手

講師 安田 将雄
曜日 土曜(第1・2・3)
時間 18:30~19:30
金額 **6,600円** (税込)



おとな こども

卓球教室

講師 NGTJSスポーツ
曜日 木曜(毎週)
時間 12:00~13:30
金額 **7,700円** (税込)



おとな

やさしい気功

講師 吉田 万美
曜日 土曜(第1・3)
時間 12:30~13:30
金額 **6,600円** (税込)



おとな

60歳から始めるMAQUP 体幹トレーニング

講師 TOMOKO
曜日 火曜(毎週)
時間 10:00~11:00
金額 **7,500円** (税込)



おとな

チアダンス(キッズ)

講師 MAKI CHEER DANCE 安藤 真紀
曜日 火曜(第1・2・3)
時間 16:30~17:30
金額 **6,600円** (税込)



こども

ZUMBA® Kids

講師 山科 久実
曜日 木曜(毎週)
時間 17:15~17:45
金額 **3,300円** (税込)



こども

gokantリズムスポーツ教室

講師 松本 優衣
曜日 木曜(毎週)
時間 16:00~17:00
金額 **7,700円** (税込)



こども

キッズフラダンス(あたごはま幼稚園校)

講師 HULA MAHALO 寺田 量子
曜日 火曜(第1・2・3)
時間 15:00~15:45
金額 **4,500円** (税込)



こども