

カラダの“不安”と
“希望”を話せる
プロがいる。

カラダの“不安”と“希望”を話せるプロがいる。
ココロリハビリジム
COCO-LO Rehabilitation Gym



☎ 0277-32-3404

受付時間8:30~17:30 (日曜・月曜定休)

〒376-0013 群馬県桐生市広沢町6丁目909



http://coco-lo.net/gym_main/



コース紹介

初回体験いつでも無料

パーソナルトレーニング



1対1の完全個別対応トレーニング。
目標と身体の状態に合わせた
適切なプログラムをご提案します。

時間 火～金 11:30～20:00
土 13:30～18:00
料金 1回50分 4,620円(税込)

動画で見る



介護保険の軽度者向けサービス縮小の動きを受け、介護保険を使わなくてもリハビリの一環として体を動かせる施設を作りたいという思いからスタートしたココロリハビリジム。今ではキッズからシニアまでどなたでも、運動するためにご利用頂ける施設となりました。お一人お一人との関わりを大切にしながら、理学療法士がきめ細やかにサポートいたします。



パーソナルトレーニング
体幹ストレッチ
安城先生

体幹ストレッチ



たっぷり90分間少人数グループレッスン。
じっくりストレッチと体幹トレーニングで、
基礎体力の向上をはかります。

時間 火水木土 13:30～15:00
金 15:00～16:30
料金 月額 7,480円 / 月4回(税込)

動画で見る



キッズHIPHOP火曜担当

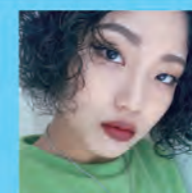
サツキ先生



基礎的なHIPHOPの動きを中心として音楽を体で感じ、のびのびと自分を表現できるよう指導しています。

キッズHIPHOP土曜担当

マオ先生

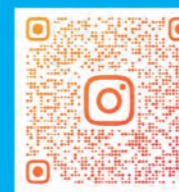


基礎を大切に、可動域を広げるアイソレーションやボディバランスを中心にレッスンをこなしています。

公式Instagram



@HIPHOP.BRATZ
イベント出場情報など
更新しています!



キッズHIPHOP



ストリートダンスの基礎であるリズム取りからHIPHOPの振り付けまでを、お子様にもわかりやすく楽しく指導します。

時間 初級クラス(未就学児～小学生) 土 9:00～9:50
中級クラス(小学生以上) 火 18:00～19:00
土 10:00～11:00
オープンクラス(中学生以上) 火 19:15～20:15

料金 月額 4,950円 / 月4回(税込)

ババママHIPHOP / 会員の親御さん向け

時間 土 11:00～12:00
料金 月額 3,300円 / 月4回(税込)

動画で見る



レンタルスペース

コルク敷きであたたかみのあるスタジオスペース。カルチャー講座やマットを使用したレッスンはじめ、ご友人同士の集まりなど様々な用途でご利用頂けます。

1時間 1,100円(税込) 延長15分につき 275円(税込) 詳細はコチラ

月	8:30～20:00	火曜	8:30～16:30
水～金	8:30～12:30	17:30～20:00	
土	13:00～20:00	日	8:30～20:00



スタジオスペース



共有スペース