

しっかりピラティス

たくさんのポーズと呼吸法を連動！
しっかりとした発汗を楽しみましょう♪



インストラクター 川井

金曜日 武道場2 (昼)

日程

1月	2月	3月
10・17・24	7・14・21・28	7・14・21

時間

11時00分～12時00分 (60分)

料金

事前申込：全10回 5,500円 定員
当日申込： 1回 650円 25名

備考

急遽日程変更になる場合がございます。
教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。

お申し込み ⇒ 蕨市民体育館 受付窓口 ネット予約はこちら
お問い合わせ ⇒ ☎048-432-2611

