

ボール ピラティス



体幹を支える筋力が自然と身につく!!
ボールを使ったピラティスに注目*

インストラクター
柳澤

7月	8月	9月
2・9・16・23・30	6・20・27	3・10・17

時間

9:00 ~ 10:00

木

料金

当日 700円/1回

定員

15名

場所

1階 武道場2



※教室開始後の返金は致しかねます
※急遽日程変更等がある場合がございます
※ご自身の体調管理のうえ、お申し込みください

【申し込み】
受付窓口