

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

4月	5月	6月
2・9・16・23・30	14・21・28	4・11・18・25

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】
受付窓口又は
ネット予約→

