

ボールピラティス

体幹を支える筋力が自然に身につく？！
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



木曜日 **武道場2 (畳)**

日程

10月	11月	12月
3・10・24・31	14・21・28	5・12・19

時間

9時00分～9時45分（45分）

料金

当日申込：600円（先着順）

定員
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
お問い合わせ ⇒ ☎048-432-2611

