

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 (畳)



日程

10月	11月	12月
3・10・17・24	7・14・21	5・12・19

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 30名
当日申込：1回	650円	

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

