

ゆったりピラティス

呼吸と動きを連動させじんわり発汗♪
正しい姿勢で動く気持ち良さを体験しよう！



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

9時45分～10時45分（60分）

料金

事前申込：全10回 5,500円
当日申込：1回 650円

定員
30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

