

第2期スポーツ教室のご案内

ピラティスしようよ！ 秋

筋肉を緩め正しい呼吸できれいな姿勢を！

初心者の方でも

運動の
苦手な方でも

ダイエット・
美容に！

日時

9/28～12/7 13:30～15:00

※11/23を除く毎週水曜日

全10回

場所

日本ガイシアリーナ

NKアスリートトレーニングルーム

対象・定員

一般・15名

受講料

5,000円

定員まで若干空きがございます。
先着順にて受付中です！！
お気軽にお電話もしくは窓口にて
お問い合わせください。