

お気軽にご参加ください♪

アウトドアピラティス

参加費
1,200円



写真はイメージです。



講師：長田 卓也

☆初心者の方も大歓迎♪
自然の中で心と身体を整える
時間を過ごしませんか？

参加者募集中！！

場所 ラグビー場

日時 2026年7月12日(日) 18:30～19:30

受講料 1,200円/回(税込) ※定員20名

対象 中学生～一般大人まで

<ご案内>

- ・参加費はメインスタジアム受付にて当日のお支払いになります。
- ・参加お申し込みはお電話または管理事務所にてお願いいたします。
- ・雨天の場合は室内へ変更となる場合がございます。変更のご案内は、ホームページ及びお電話にてご案内いたします。
- ・イベント実施中、天候不良にて継続が難しいと判断された場合、中止とさせていただきます。
- ・参加当日は事前に運動しやすい服装に着替えてお越しく下さい。
- ・お持ち物：マット(お持ちの方)、タオル、飲み物等をご準備いただきご参加ください。
- ・来場前にご自身で検温の上、発熱・咳・鼻水・その他体調不良の方はご来場をお控えください。
- ・こまめに水分補給をお願いします。
- ※5名以上からの開催となります。
- ※開催日の前日までにお申し込みをお願いします。

* 内容

広々とした空間と芝生の上で心地よい空気を感じながら、心も身体もリフレッシュしませんか？

◎姿勢の乱れや身体の硬さは、日々の生活習慣から生まれることもあります。ピラティスを通して身体の使い方を見直し、無理なく快適に動ける身体づくりを目指します。

◎開放感あふれる空間で、のびのびと一緒に身体を動かしましょう！



Balcom BMW 広島総合グランド
TEL : 082-231-3077

〒733-0036 広島市西区観音新町2-11-124
<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7103>

●営業時間 3月～10月 7:00～21:30
11月～2月 7:00～18:30

●休場日 年末年始(12/29～1/2)
臨時休場日あり