

弾む有酸素運動で自律神経・ホルモンバランスを整える!

バランスボールエクササイズ



開催日：5/23 (木)・30 (木) 19時～20時

コーチ紹介

場所 ■ プロシードアリーナHIKONE
ダンス室

申込 ■ 5/8 (水) 10時～受付開始
申込方法：施設窓口・電話・WEBにて。
※申込開始時間に重複した場合、窓口を優先いたします。

受講料 ■ 1,100円 (税込) /1回
※現金のみ [WEB申込はこちら]

対象 ■ 一般

定員 ■ 各15名 (先着順)



原田あやこ

一般社団法人人体メンテナンス協会
バランスボールインストラクター



- 持ち物：ヨガマット、水分補給用飲み物、汗拭きタオル
(レッスンは素足で行います、脱ぎ履きしやすい靴下でお越しく下さい)
- 受講は1回1,100円 (税込) です。(お一人様1回限り)
- 定員に達している場合は、ご参加をお断りさせていただきます。
- 入金後のキャンセル返金は致しませんので、ご了承ください。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。



プロシードアリーナHIKONE
TEL：0749-30-9228

〒522-0043 彦根市小泉町640番地

● 営業時間 9:00～21:30

● 休館日 毎週火曜日・年末年始