

～あなたが目指す理想のカラダにボディメイク～
スマイル美BODY エクササイズ

**新受講生
募集中!**



新受講生募集中!

場 所 鶴見緑地球技場内 会議室

日 時 木曜日 10:00～11:15
 1,300円 (税込) /1回券

料 金 4,400円 (税込) /月謝 (月4回)
 11,000円 (税込) /1クール (3ヵ月12回)

定 員 13名

講師紹介



広江 先生
ヒロエ

- 内容
 日常生活を心地よく、よりキレイにステキな笑顔で過ごせるように・・・。
 筋肉だけではなく、全身の総合的なトータルアップを目指します。ヨガやピラティスの要素、リズムエクササイズ、さらに骨盤や背骨の調整など誰にでもできるけど、なかなか一人では出来ないエクササイズやケアをグループレッスンで行います。お子様連れでも気軽にご参加頂けます。
- 持ち物
 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル
 ※マットはこちらで準備させていただきます。
- お問い合わせ・ご予約
 鶴見緑地球技場 (06-6915-4712)
 ※体験料金はなく、1回券の適応です。入会金はございません。



鶴見緑地球技場

TEL : 06-6915-4712

〒538-0035 大阪市鶴見区浜1丁目1-37
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7201>

- 営業時間 9:00～21:00
- 休館日 年末年始
- 臨時休館 施設点検等での休館あり