

ピラティス



レッスン詳細

指導員紹介

場所 ■ 高槻市立総合スポーツセンター 小体育室

日時 ■ 毎週月曜日（祝日を除く）
10:00～11:00

対象 ■ 16歳以上 定員25名

受講料 ■ 月謝制（税込）
 開催2回の月：1,400円
 開催3回の月：2,100円
 開催4回の月：2,800円
 開催5回の月：3,500円 体験料：700円/1回



もりもと あけみ
森本 明美

ジョセフピラティス直系
フル認定指導者

持ち物
 動きやすい服装・室内シューズ・飲み物・タオル
 5本指ソックス・ストレッチマット
 ※ソックスは5本指が望ましいです。
 マットはレンタルもしております。

お申込みは
 二次元コードから



高槻市立総合スポーツセンター
 TEL：072-677-8200

〒569-0823 大阪府高槻市芝生町4-1-1
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7202>

●営業時間 9:00～21:00
 ●休館日 毎月第2火曜日
 年末年始
 (12/28～1/4)