

【女性限定】 骨盤底筋エクササイズ

骨盤底筋とは、体の中心を支えるインナーマッスルのひとつです！



新規受講生 募集中！

場 所： 布引体育館

日 時： 月曜日 10:00～11:15

受講料： 毎月の開催日数の金額となります。
例：月3回開催2,550円
月4回開催3,400円

対 象： 一般（16歳以上）
※女性限定

満員の場合、キャンセル待ちでの受付となります。ご了承ください。



体験受講受付中！
まずは一度体験してみませんか？
（1人1回、要予約、先着順）
体験料850円

- 動きやすい服装、飲み物、タオル、ヨガマット、マスクを持参してください。
- 定員は15名です（先着順）
- 教室入会の際は、別途 入会金（2,750円）が必要です。

※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。



布引体育館

TEL：0748-25-2633

〒527-0071 東近江市今堀町581番地11
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7306>

●営業時間 9:00～22:00

●休館日
・年末年始
・水曜日
（休日の場合、その直後の休日等でない日の翌日）