

【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！



詳細

場 所 ■ 布引体育館 フィットネスルーム

日 時 ■ 月曜日 10:00~11:15

入会金 ■ 3,300円

受講料 ■ 1,100円/回
 ※月の開催日数により金額は異なります。
 〈例〉月3回開催 ⇒ 3,300円

対 象 ■ 16歳以上の女性

受講者募集中☆

体験も随時受け付けています！
 気になる女性は是非、
 お申込みください！
 お一人：1,100円(税込)
 ※要事前予約

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。

- 動きやすい服装、飲み物、タオル、ヨガマットを持参してください。各教室に持ち物の指定がございます。申込時にご確認ください。
- 定員は15名です（先着順）
- 当スクールに振替システムはありません。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。



東近江市総合運動公園 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
 - ・祝日の翌平日

