

【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 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
 毎月の開催日数の金額となります。
 例：月3回開催3,300円

対 象：一般（16歳以上）
 ※女性限定



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1,100円

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、マスク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）

※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、あらかじめご了承ください。



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
 （休日の場合、その直後の休日等でない日の翌日）