

# ピラティス

ピラティスの機能的な呼吸法、骨盤や肩甲骨、背骨の動きと安定を学び、身体の内側の感覚を目覚めさせます！  
自分の身体をコントロールして動かせることを目的としたクラスです。



## 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：金曜日 19:00~20:00

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）



**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  
(休日の場合、その直後の休日等でない日の翌日)