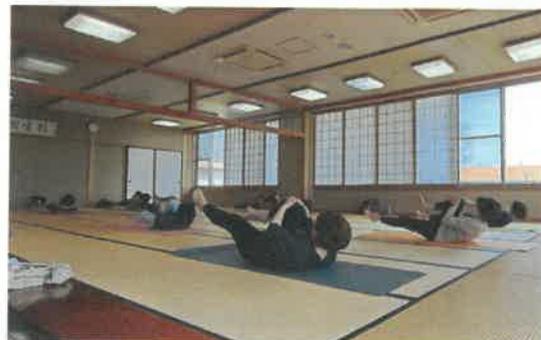


# 福田屋内スポーツセンター

## ピラティス



### 生徒募集

場所 農村環境改善センター 和室

日時 水曜日 10:00~11:00  
※有効期限:発行日より3カ月間

受講料 回数制 5回/¥5,000  
※有効期限:発行日より3カ月間

持ち物 ヨガマット(無料レンタル可 数に限りあり)、飲み物、タオル

### 講師紹介



佐藤 美歩

#### <講師からのコメント>

正しい体のポジションを意識しながら深層筋の  
インナーマッスルを鍛えます。猫背、反り腰等の改善  
身体の引き締めを目指しましょう



### 福田屋内スポーツセンター

- 住所 〒437-1209 磐田市南島393-1
- 営業時間 8:30~21:30
- 電話 0538-58-3131
- 休館日 毎週金曜日・年末年始・10月にメンテナンス休館

ホームページ インスタグラム

