

大人向け

スタジオプログラム

@代官山スポーツプラザ

朝活でカラダをリフレッシュ！

～朝活ピラティス～

朝一から身体を気持ちよく起こすことができるプログラム！
産業カウンセラーでメンタルヘルスの資格を持つトレーナーの
指導で日頃のストレスや悩みをピラティスで改善してみませんか？

★ 日 時 ★

7月9日～9月17日(8月13日を除く) 全10回

毎週火曜日 7:15～8:00

★ 費 用 ★

19,000円(保険料等込み)

※クレジットカード決済のみ

★ 対 象 ★

18歳以上の方



当選発表日

6月30日(日)

当施設HP

「NEWS 新着情報」にて掲載！



←お申し込みはこちらから！

締切

6月25日(火)