

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★

1月16日～3月26日(2月13日を除く)

全10回 毎週火曜日

7:15～8:00

★費用★

19,000円(税込み)

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

12月27日(水)

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

12月20日(水)