

みんなで楽しく！技術を習得しよう！

月曜日 ピラティス教室

無料体験
実施中



2020年度受講生募集中

場 所 松本市総合体育館
第2トレーニング室

対 象 高校生以上（初心者歓迎）

- 料金形態
月謝制・ビジター制
- 持ち物
ヨガマット（お持ちの方）・動きやすい服装・タオル・飲み物
- 時間
19：30～20：30

月謝制	3回以上開催：¥3,300 2回以下開催：開催回数×¥1,100 ※他教室参加の場合は1回¥1,100
ビジター制	参加費1回：¥1,650 ビジター登録教室ならどの教室でも参加可能

※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。



松本市総合体育館
TEL：0263-32-1818
〒390-0801 松本市美須々5-1
<http://www.mizuno.jp/>

●営業時間 8：30～21：00

●休館日 毎週火曜日・年末年始

ピラティス教室

4月							5月							6月							7月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31	
							31																				

8月							9月							10月							11月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1			1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30					
30	31																										

12月							1月							2月							3月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31			
							31																				

合計 32

月曜 19:30~20:30

※会場の都合により開催が出来ない場合がございますので予めご了承下さい。

開講予定日 予備日

<受付について>

- ・お申込みは受付またはお電話でお願い致します。
- ・万が一予定している日程で開催が出来ない場合、予備日にてお振替させていただきます。
- ※全日程開催した場合は予備日は休講となります。
- ・受講料の返金は原則として致しませんので予めご了承下さい。
- ・受講者証は開講初日にお渡しいたします。
- ・受講日時は上記のカレンダーの黄色部分となります。お支払いは初回受講時でお願い致します。
- ・期の途中からの参加も随時受付させていただきます。その場合、受講回数分×1,100円（税込み）の参加費のお支払いとなります。

<服装について>

- ・運動しやすいものを着用してください。

<ヨガマットについて>

- ・ヨガマットをお持ちでない方には貸出をしております。

<開講時間>

- ・ピラティス 月曜日 19:30~20:30

<その他注意事項など>

- ・準備、撤収、フロアの清掃は全員で協力して行ってください。
- ・更衣後の衣類・所持品は、コインロッカーをご利用ください。貴重品は持ち込まないようお願いいたします。盗難があった場合、当館は一切責任を負いません。
- ・体調には十分ご留意ください。体調の悪い時は無理をしないでください。