

体も心も美しく整えていきましょう！

ピラティス教室



無料体験
実施中

受講生募集中

講師紹介

場所 ■ 曾我川緑地体育館 武道場

岸岡 友美子

日時 ■ 火曜日
13:30~14:30



ストレッチピラティス
インストラクター
背骨コンディショニング
インストラクター
骨盤底ヘルスケアアドバイザー

受講料 ■ 5,500円/月4回
※税込・傷害保険料含む
無料体験は要予約(お1人様1回限り)

対象 ■ 一般

- 持ち物：タオル・飲み物・ストレッチポール
※ストレッチポールをお持ちではない方は貸し出しがございます。
- 定員は14名となります。(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。
当グループ主催イベントの案内等を送付する
場合がございますので、ご了承ください。



曾我川緑地体育館

TEL: 0744-25-2511

〒634-0831 橿原市曾我町1212
<https://shisetsu.mizuno.jp/>

● 営業時間 8:30~21:00

● 休館日 月曜日
(月曜祝の場合、翌平日)
年末年始