

ピラティス教室

受講者を募集いたします！



〈予約受付開始日〉
 12月の体験会を受講して頂いた方
12月22日～
 体験会を受講されていない方
12月26日～

場所 滋賀ダイハツアリーナ 多目的室

日時 ① 水曜日 18:30～19:30
 ② 水曜日 19:45～20:45

入会金 3,300円

受講料 1,100円/回
 毎月の開催日数の金額となります。
 〈例〉月3回開催→3,300円

定員 各15名

コーチ紹介



鈴木 百合子

ピラティスの機能的な呼吸法、骨盤や肩甲骨、背骨の動きと安定を学び、身体の内側の感覚を目覚めさせます！初級エクササイズを通して、自分の身体をコントロールして動かせることを目的としたクラスです！

1月は入会金無料！

※満員の場合はキャンセル待ちとなります。ご了承ください。

●動きやすい服装、ヨガマット(なければ大きめのタオル)、飲み物、マスクを持参してください。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、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。



滋賀ダイハツアリーナ

TEL : 077-545-0108

〒520-2164
 滋賀県大津市上田上中野町779番地

●営業時間 8:00～22:00

●休館日 第3月曜日