

はじめてのマシン ピラティス



【開催日時】 火曜日10:00～※祝日はお休みです。
事前ネット予約制になります。
お申込み方法： ネット申込は前日の17時までにお申込みください。
それを過ぎた場合、窓口かお電話で承ります。

【対象者】 18歳以上の男女

【持ち物】 動きやすい服装、タオル、飲み物(蓋付)、お持ちの方は
滑り止め靴下、移動用スリッパまたは室内シューズ

【コースのご案内】

定員数4名まで

45分コース・・・お一人様4,500円

当日、レッスン15分前に窓口でお支払いください。お支払い後、2階スタジオへお越しください。

※キャンセルされる場合、事前にお電話ください。(TEL)042-536-6711

ネット申込サイト



【講師プロフィール】

水野 友美

FTPマットピラティスインストラクター
日本マシンピラティス協会MPA1指導者
全米ヨガアライアンスRYT200
YIN YOGA training teacher

