

女性会員様限定

白石インストラクターによる ピラティスセッション

※HOTスタジオでの実施となります。



ピラティスセッション開講します！

硬い筋肉を柔軟にコントロールし、苦手な動きを克服しましょう。
さらに機能的にかつ美しく動けるよう、日常の動作に繋げていきます。

≡ 日程 ≡

5月 毎週水曜日

① 7日 ② 14日

③ 21日 ④ 28日

≡ 定員 ≡

12:00～12:40 (40分間)

各回10名

(最少催行5名)

※4回参加でお申し込みの方が5名)

≡ 講師 ≡

白石

≡ 参加費 ≡

1回 1,650円(税込)

4回 5,500円(税込)

≡ その他 ≡

3Fヨガピススタジオにて実施

お飲み物・タオルをご持参ください。



各日程実施2日前迄に5F総合受付にてお申込みください。(電話予約可)

キャンセル料：当日・無連絡不参加は100%頂戴致します。

【個人情報の取り扱いについて】 ご記入頂いた個人情報は、ご利用上の諸連絡やイベント情報の提供、利用者への緊急時の連絡などの目的で使用致します。 なお、管理は当社が責任を持っています。