

ピラティス and (TUE) 5.5 バランスコーディネーション

※カラダとココロが目醒める70分

10:20~11:30

ATSUMORI
熱森祭2026
OMORI

テーマ:全身のバランス力を取り戻そう

関節や筋肉の運動性、
可動性が高まるエクササイズを
2つのプログラムで展開します。
カラダが柔軟に動かしやすく、
軽くなる体験をしてみませんか?



鳥井里佳子
〔大森店〕

清水リカ
〔南千住店〕

【参加費】2,200円(税込)

【定員】40名(最少催行15名)

【場所】セントラルウェルネスクラブ24大森店 第1スタジオ

※申込完了後、当クラブ5階総合受付にて参加費5/4(月)までにお支払いください。

期日までに入金確認ができない場合はキャンセル扱いとさせていただきます。

※キャンセルにつきましては、5/4(月)までのキャンセル受付の場合は全額返金いたします。

開催日当日以降のご返金はいたしかねますので、予めご了承ください。

※一般及び法人会員の方は、別途施設利用料1,100円(税込)をお支払いいただきます。

(レッスン開始30分前~レッスン終了45分後まで施設利用可能)

※当日はご予約順にスタジオ内へご案内させていただきます。

申込開始日

<大森店及び南千住店・全国会員/メール>>>>>>

<他クラブ会員及び一般・法人/メール>>>

3/29(日)17:00~

3/29(日)18:00~

<全区分/電話受付開始日>>>>>>>>>>>>

<全区分/窓口受付開始日>>>>>>>>>>>>

3/31(火)15:00~

3/31(火)18:00~



電話及び窓口での受付希望の方はメール申し込み不要となります。

二次元バーコードが読み取れない場合はURLよりメール申込可能となります。
<http://mail-to-link/m9/40wcumr>