

平成30年度

ピラティス



講師：木下 裕加子

**ピラティスでインナーマッスルを鍛え
美しい姿勢を手に入れましょう。
腰痛改善にも効果的です！！**



対象 18歳以上の女性の方

日程 毎週水曜日

時間 15:00~16:00

場所 スカイアリーナ 会議室

定員 20名

参加費 8,040円(1期あたり12回の場合)※初回払い
注)一旦お支払い頂いた参加費は、いかなる理由があってもご返金できません

申込方法 スカイアリーナ窓口までお越しください
尚、定員数になり次第、受付は終了とさせていただきます
体験受講後の申込み受付もおこなっております(体験料600円)

持ち物 動きやすい服装・室内用シューズ・タオル・飲み物

注意事項 教室中の事故等につきましては、応急処置の他は主催者側において一切その責任を負いかねますので、ご注意ください

3ヶ月単位の教室

お問合せ

箕面市立第一総合運動場
スカイアリーナ

〒562-0005 箕面市新稲2-14-45

TEL: 724-3440 FAX: 724-3360