

理想の体と健康へ

ピラティス教室



火曜日 15:30~16:20

日程

4月度：4/15、4/22

5月度：5/20、6/3

6月度：6/17、6/24

講師

近藤 香 (PHIピラティス認定)

場所

多目的ホール

対象者

16歳以上 ※高校生以上

料金

2,860円(税込)/月2回 1,540円(税込)/月1回

申込方法

事務所または電話

定員

20名

【持ち物】動きやすい服装、タオル、水分補給用飲み物

※マットは当館で用意します。ヨガマット持参も可能です。

※飲み物は蓋つき容器をお願いします。

【スケジュールについて】

※2025年7月以降のスケジュールは決まり次第、案内いたします。

【電話番号】072-881-3715 【営業時間】9:00~21:00