

整うカラダ

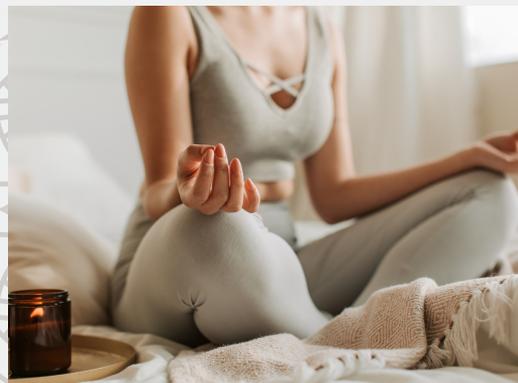


Pilates

ピラティス無料体験会
4/17（水）・4/24（水）

9：30～10：30

定員15名ずつ※先着順



筋力・柔軟性・心肺機能
ホルモンバランスを高めます。
体力の維持と向上を目指し
生活の質を守ります。

日にち：2024年4月17・24日（水）

時間：9：30～10：30

場所：研修室

対象：18歳以上の男女

定員：各回15名

申込：窓口またはお電話にて先着順

持ち物：タオル、蓋付のお飲み物

ピラティス
無料体験会
予約受付中
※先着15名

☎ 049-284-1771

坂戸市民総合運動公園

埼玉県坂戸市石井1550



Pilates

ピラティス