

ピラティスinドーム

ピラティスは元々、リハビリを目的に考えられたのでどなたでも行える運動です。開放的な克雪ドームと一緒にカラダを鍛えましょう！

10回で気分が良くなり、
20回で見た目が変わり、
30回で身体のすべてが変わる

ピラティスとは、身体と心と精神の完全な調和である

5/12(水)より受付開始

1本から予約可能♪複数回を一度にお申込みも出来ますが返金はありません。初回受講日にお支払いいただきますのでご了承下さい。

日程・時間 全11回

5/19・5/26・6/2

6/9・6/16・6/23・6/30

7/7・7/14・7/21・7/28

いずれも水曜日

11:00~11:45

定員 20名

料金 1本700円

担当

AFAA PILATES
インストラクター
黒田 英知

場所

克雪ドーム

子育て中のママさんもお子様連れで参加できます♪



Wellness Park
むつ市ウェルネスパーク

TEL 0175-28-4341