



体幹を整えましょう！



# 初めてのピラティス

7/9・23 8/27

9/10・24 (火)

10:00~11:00 (全5回)

骨格を整えることで、代謝をあげてしなやかな  
身体作りを目指しましょう！



定員：25名

参加費：1500円

申し込み：6/18 (火)

10:00~電話受付・先着順

★定員になり次第〆切

新橋コミュニティハウス

TEL392-5538