

はじめて📖の

ピラティス

体験してみませんか？



「体が硬くても大丈夫◎」
「ピラティスの経験がなくても大丈夫◎」
「年齢に制限もありません」

ピラティスとは何か
姿勢を整えることのメリットを
皆さんに知ってもらいたい体験会です

〳 鶴崎が担当します！



▼資格

FTPバーシックマットピラティスインストラクター
FTPシニアピラティスインストラクター

6月25日(火)

第一部 10:00～ / 第二部 13:00～

会員様：45分 / 1,500円(税込)

非会員：45分 / 2,000円(税込)

完全予約制となっております。各部定員は5名様までとなっております。
HEARTS±の会員ではないお友だちを連れて、参加していただくことも可能です。
ご希望のお時間で予約を取っていただき、当日現金でのお支払いとなります。