

★2本連続参加がたのしい!★  
5/3 (金) GWスタジオイベントレッスン



蓮見 久美子

【クラス】 ビギナーズピラティス  
【時間】 9:30~10:00  
【料金】 500円(税込)  
【内容】 はじめての方、慣れた方でも楽しめるクラス

【クラス】 ボディメイクピラティス  
【時間】 10:20~11:20  
【料金】 1000円(税込)  
【内容】 コアに意識を向け、体幹部の安定と体のバランスを整える楽しいクラス



石田 由美子

【クラス】 Group Power 30  
【時間】 19:20~19:50  
【料金】 500円(税込)  
【内容】 バーベルやプレート・自体重を使い楽しむクラス

【クラス】 Group Fight 45  
【時間】 20:15~21:00  
【料金】 750円(税込)  
【内容】パンチやキックなどの格闘技系有酸素運動を楽しむクラス

【受付期間・方法】

**来館 もしくは お電話** 受付はすべて先着順になります。

2024年4月9日(火)10:00~5月1日(水)20:00まで

※お電話で申込の場合、1週間以内に参加料をお支払ください。

※お支払いが確認できない場合、自動キャンセルとなります。

【支払い方法】

柴崎市民体育館の券売機にてチケットを購入・**領収印の控え**をお渡しします。

※お支払いは**現金のみ**になります。ご了承ください。

※入金後のキャンセル返金はできませんので、あらかじめご了承ください。

※主催者都合でレッスン休講となった場合は、返金を行います。

【当日参加の流れ】

**事前申し込みの方**・・・レッスン開始15分前に入場、直接スタジオまでお越しください。

**当日申し込みの方**・・・定員に空きがある場合、レッスン開始15分前よりフロントにて受付いたします。

※レッスン開始後の途中入退場はできません。時間に余裕をもってお越しください。

《持ち物：運動できる服装・室内シューズ・飲み物・タオル・100円（コインロッカー用）》

お問合せ先

柴崎市民体育館 TEL：042-523-5770