

月1回土曜日
13:30～14:30

※写真はイメージです

体の中心から鍛えることで女性としての魅力をUP！

ピラティス&膣トレB

pilates & Vaginal_contraction training



講師

HARUNA (膣ケア&膣トレ講師)

参加料金

1,100円/回

※定員に空きがあれば当日参加OK

場所

岩国市総合体育館 会議室

持ち物

ヨガマット※無料貸出有・筋膜ローラー※あれば
スポーツタオル※フェイスタオルもしくは横に長いタオル
動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料水

申込方法

参加申込書に必要事項を記入し、
参加料金と一緒に窓口にご提出ください

11月よりスタート！

初回は11月11日土曜日
13:30より

お楽しみに！

※ピラティス&膣トレAと
同じ内容となります

問い合わせ

岩国市総合体育館 0827-32-7411

741-0072山口県岩国市平田1-40-1 受付時間 9:00-22:00

岩国運動公園

検索

