

毎週月曜日
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A

pilates & Vaginal_contraction training



講師

HARUNA（膣ケア&膣トレ講師）

参加料金

回数によって料金変動※右記参照

※定員に空きがあれば当日参加OK（当日参加料1,200円／回）
※月途中からの参加は、その月の残り回数分を頂戴します

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

3期スケジュール

10月	2日	16日	23日	
3,300円／月				
11月	6日	13日	20日	27日
4,400円／月				
12月	4日	18日		
2,200円				

初めての方は
まずは無料体験で
ご参加ください！

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

