

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

岩国運動公園 テニスクラブハウス会議室

持ち物

ヨガマット※無料貸出有  
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

## 4期スケジュール

1月	なし			
2月	2日	9日	16日	
3,300円／月				
3月	2日	9日	16日	30日
4,400円／月				

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

