

月1回土曜日
10:30~11:30

※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

第4期
日程

1月17日
2月7日
3月28日

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

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

