

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1期  
日程

4月5日  
5月10日  
6月21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

