

NEW

ピラティス



筋肉を解して リラックス

曜日	水曜日
時間	9:30~10:30
対象	中学生以上
定員	12名
申込	当日の9時より事務所にて受付
料金	1回券:500円
内容	ゆったりとした動作を中心に、運動初心者の方も無理なくご参加いただける教室となっております。身体の位置を正すと、スムーズに動けるようになり疲れにくくなります。内側から身体を支えることで、日常動作の改善や向上が期待できます。

※その他ご不明な点は事務所スタッフまでお尋ねください。

お問い合わせはこちらへ

熊谷さくら運動公園 アクアピア
〒360-0832 熊谷市小島157-1 TEL:048-533-9100
受付時間:9:00~21:00 <https://www.saispo.jp/sakura/>

熊谷さくら運動公園
ホームページ QRコード

