

NEW PROGRAM

ピラティスフロー

2022年7月
新規開講!!



ピラティスフロー

毎週木曜日 12:00~12:45

途切れることなく動き続けながらも滑らかに動くことを目指すクラスです。日常生活や競技のパフォーマンスを高めたい方にお勧めです。

《鶴間公園のピラティス》

- ◆やさしいピラティス（火曜日・11:10~）
初心者向け。自身のカラダへの意識を高めます。
- ◆ピラティスベーシック（木曜日・11:05~）
基本クラス。キレイで機能的なカラダを目指す方にお勧めです。
- ◆ピラティスフロー（木曜日・12:00~）
ピラティスに慣れた方にお勧めです。

単発教室(都度申込)なので、
気軽に参加できます!

- ▶場所 鶴間公園スタジオ
(クラブハウス2F)
- ▶対象 16歳以上
- ▶定員 各回12名
- ▶料金 各回880円(税込)
*当日参加前に券売機でチケットを購入し、フロントに提出してください。
- ▶持物 動きやすい服装、飲み物、タオル
- ▶申込 WEB・お電話・フロント
*WEB申込は、お電話またはフロントにて会員番号を取得し、初期登録後ご予約下さい。

初期登録、WEB申込はコチラ▼



TEL 042-850-6630

鶴間公園 <https://tsuruma-park.com>

