

令和8年度 第2期7・8・9月
カルチャー講座

7つのカルチャー講座のご紹介

月曜コース (7/6～9/28) 全11回5500円

※6/22～窓口・お電話にて受付開始

やさしいフラ 10:00～11:00

ベーシックピラティス 13:00～14:00

シェイプアップピラティス 14:30～15:30

金曜コース (7/3～9/25) 全13回6500円

※6/19～窓口・お電話にて受付開始

リラックスヨガ 18:50～19:50

姿勢改善ピラティス 20:20～21:20

土曜コース (7/4～9/26) 全13回6500円

※6/20～窓口・お電話にて受付開始

骨盤調整ヨガ 18:50～19:50

リカバリーヨガ 20:20～21:20

※全コース祝祭日はお休み

※はじめての方限定
ワンコイン体験(500円)
随時募集中!

持ち物
飲み物
ヨガマット
タオル

