

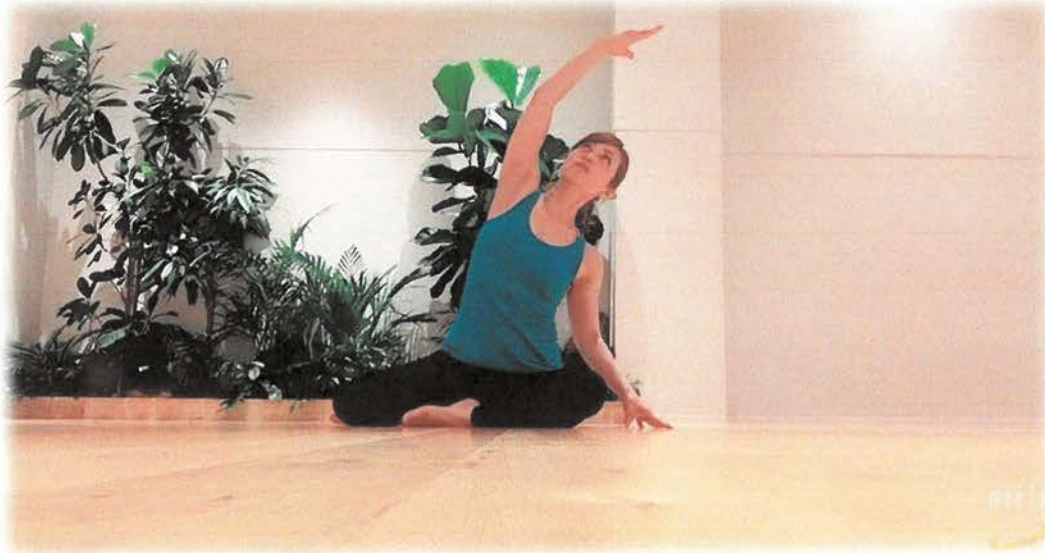
参加者募集

主催 総合型スポーツクラブみやしろ

# 親子ピラティス体験教室

6月20日(木)、27日(木)、7月4日(木)、11日(木)

10:00~11:00



親子で楽しむピラティスです。  
続けることでボディラインの変化がでできます。

- 会場 進修館 和室  
対象 大人と子供(1歳位~2歳半位)  
定員 15組(申込順)  
持ち物 飲み物、タオル、マット(ピラティス用  
・ヨガ用・バスタオルのいずれか)  
参加費 1回 500円  
保険代・会場費等  
申込み 参加希望日2日前までに  
総合型スポーツクラブみやしろへ  
お申込みください。

総合型スポーツクラブみやしろ

- ・専用電話080-8821-0716
- ・Eメールアドレス [miyashirosc@gmail.com](mailto:miyashirosc@gmail.com)
- ・ホームページ <http://miyashirosc.strikingly.com>



講師 牛島玲子氏

プロフィール

FTP MAT PILATIS

INSTRUCTOR

コアコンディショニングベー

シックインストラクター

ひめトレベーシックインスト

ラクター

格闘技エクササイズ



10年後、20年後も動ける身体でいるためのエクササイズを楽しみながらお伝えしていきます。ピラティスをぜひ体験していただき美しい身体を手に入れましょう。お待ちしております。

