



2月7日 (火) 10:30開始 10:15受付

～ Happy & Healthy ～

女性のためのピラティス

≪料金≫ 通常 5,000円 (税込) → 初回限定 4,000円 (税込)

≪場所≫ ウィルあいち フィットネススタジオ2

≪レッスン内容≫

HappyでHealthyな女性ための身体づくり。

女性らしさを内側から整える「骨盤ケア」。凛とした美しさ引き出す「姿勢改善ワーク」。身体づくりは「キツイ」「辛い」だけのものじゃない！

ラストは音楽に合わせて楽しく身体を動かします。リズムに乗って心も身体もはずむ。有酸素効果も得られるピラティスレッスンです。

問合せ先：スタジオヴォール tel:052-325-6984 mail:wohl.pilates@gmail.com

お申込みはこちらのURLから！ <https://ssl.form-mailer.jp/fms/e3b07b10486352>