

【レッスン日】毎月第二金曜日*トレーニングルームにて

＊中島 和恵先生による

バレティス体験してみませんか＊

バレティスとは…!?

バレエの優雅な動きと、
ピラティスの融合した、
じんわり体が締まる体操です。



◆料金 1名様 8,000 円(1時間)
(別途 登録料 3,000 円 当日キャンセル料 2,000 円)

◆服装:ストレッチをしやすい服装

◆持ち物:お水

【完全予約制】

◆Tel 744-0738 (平日 9時から 11時45分 13時から 16時45分) 水日祝休診
しげまりこ皮膚科クリニック