

# フレンドレッスン

## やさしいピラティス講座

テーマ  
姿勢改善



フェイスタオルと飲み物をご持参ください



### 1月開催スケジュール

**1.7 水 15:00～**  
(サンストリート浜北店にて)

**1.13 火 17:45～**

**1.21 水 15:00～**

**1.26 月 15:00～**

**1.27 火 17:45～**

### 参加費

回数券 1 枚 or  
ロコチケ 2 マス

### 定員

※開催場所により異なります

- ・浜松半田店 6 名
- ・サンストリート  
浜北店 4 名

予約制・先着順

☎ 053-589-5552

講師：中野 まどか

FTP ピラティスベーシック  
マットインストラクター



ご予約・お問合せ先

フィットネススクール



浜松半田店 ☎ 053-589-5552

LINE

