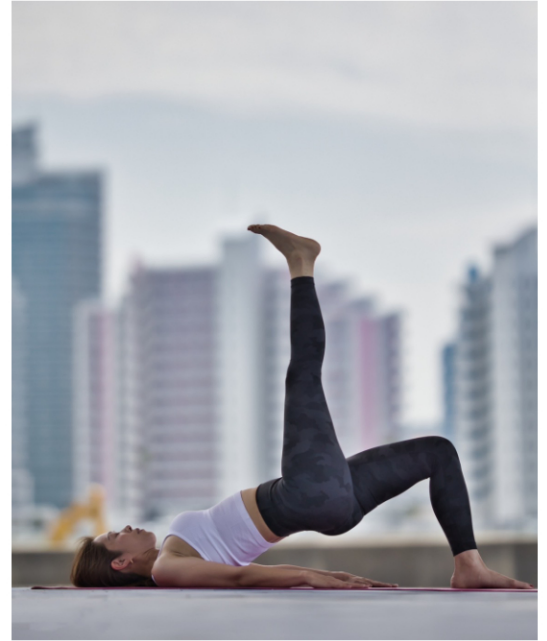


ピラティス

どなたでも手ブラで♪

J-サーキットスタジオ内 で

レッスンを受けることができます！！



FTP ピラティスインストラクター：Saki



sk.holomua

このような方へオススメ

体を引き締めたい

筋肉をつけたい

エネルギーにトレーニングしたい

ダイエット

姿勢・腰痛・肩凝り改善 など

レッスンスケジュール

Saki

★水曜日【第1・第3】 ①10:00～

★土曜日【第1・第3】 ①10:45～②14:15～

★土曜日【第2・第4】 14:15～

Suzumi

★日曜日【第3・第4】 10:00～

音楽に合わせて動く「フローピラティス」

※定員6名/60分



こちらのQRコードで
スタジオのお得な情報をご覧ください。

【お問い合わせ・ご予約】

073-461-5610

<https://j-circuit-kiikawabe.com/> Jサーキット紀伊川辺
和歌山市里27-1

