

セミプライベート or プライベート ピラティス



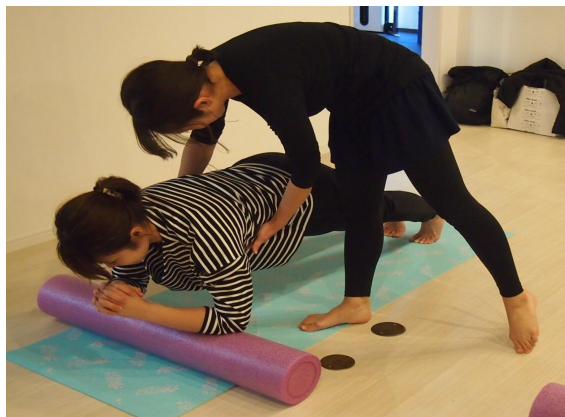
★セミプライベート 2名様

お悩みを簡単に
ヒヤリングしお二人に
合わせた運動をしていき
ます。

お友達同士がおススメ!!

会員様 4000円

一般の方 4500円



★プライベート 1名様

ヒアリングをさせて頂き、
お悩みに合わせたレッス
ンをマンツーマンで行い
ます。 7000円

9月28日(金)9:45~10:45

お申込みはスタッフまでお声かけください。



講師

高橋 美樹(Takahashi Miki)

国家資格 理学療法士免許

F-Rピラティスインストラクター

腰痛や膝などの関節系疾患のリハビリ
に携わる。ピラティスインストラクター
取得後現在はクラスを展開しながら
予防医学の実現をめざしフリーで
活動中。