女性会員様限定

白石インストラクターによる
ピラティスセッション

※HOTスタジオでの実施となります。

ピラティスセッション実施中です！
初めての方も続けてご参加の方も大歓迎♪
硬い筋肉を柔軟にコントロールし、苦手な動きを克服しましょう。
さらに機能的にかつ美しく動けるよう、日常の動作に繋げていきます。

≡ 日程 ≡

11月　毎週水曜日
①　4日　②　11日
③ 18日　④　25日
12:00～12:40（40分間）

≡ 定員 ≡

各回10名
（最少催行5名
※4回参加でお申し込みの方が5名）

≡ 講師 ≡

白石

≡ 参加費 ≡

1回1,870円(税込)
4回 5,940円(税込)

≡ その他 ≡

3Fヨガピススタジオにて実施
お飲み物・タオルをご持参ください。

11/1(日)迄に5F総合受付にてお申込みください。(電話予約可)
キャンセル料：セッション開始前日までのキャンセル受付の場合は、
(4回まとめ払いの方は、11/3(火)迄)
全額返金致しますが、それ以降のキャンセル受付の場合は、
返金致しかねますので、ご了承ください。

【個人情報の取り扱いについて】
ご記入頂いた個人情報は、ご利用上の諸連絡やイベント情報の提供、利用者への緊急時の連絡などの目的で使用致します。
なお、管理は当社が責任を持って行います。

CENTRAL SPORTS　ZAVAS SPORTS CLUB