

ピラティス教室

体の引き締めや骨盤のゆがみを調整し
インナーマッスルや全身の筋肉を強化するほかに、
姿勢改善やストレス軽減など、心身両面にわたる
エクササイズです

日時 令和8年5月20日～6月24日 <毎週水曜日>
午前10時30分～11時20分 全6回

場所 あずまウォーターランド トレーニングルーム

対象 18歳以上の伊勢崎市内在住・在勤・在学者

定員 15名

受講料 無料 ※ただし施設使用料は要 1回 150円

申込先 下記日程の15分間のうちに、
あずまウォーターランドへ直接お越しください。
5月13日(水) 午後2時～2時15分まで受付
(受付時抽選札をお渡しします)
場所:あずまウォーターランド内ロビー

- ※ 定員を超えたら、日程の受付終了時から抽選会を行います
抽選にて当選された方は当選権利を譲渡することは出来ません
- ※ 申込みはご本人に限ります、代理受付はできません
- ※ お電話による予約はできません(定員に達していない場合のみ、申込日以降の電話受付可能)

お問い合わせ先 K.K.KOBAYASHI.伊勢崎市あずまウォーターランド
電話0270-62-9966