

大人ピラティス教室

骨格を整えることで代謝を上げ、痩せやすい身体づくりを
目指すエクササイズです
冷えやむくみの解消、自律神経を調整するといった効果も
期待できます

- 日時** 5月7日～6月25日 <毎週水曜日>
午前10時30分～11時20分 全8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。
4月30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