

風を感じて、深呼吸。

青空の下で、心も体もリフレッシュ。



青空



ストレッチ&ピラティス

5月24日(日) (雨天中止)

8:30～9:30 (8:20集合)

場所 グランディ21 集いの広場 (利府町菅谷字館40-1)

定員 15名

持ち物

- ・ヨガマット
- ・フェイスタオル
- ・レジャーシート (ヨガマットの下に敷く用)
- ・飲みもの

参加費

1000円

参加者特典



ドリンクのお土産付き

初心者OK!

ゆっくりと心と体を整えてみませんか?

動きやすい服装でお気軽にご参加ください。

担当

ピラティススタジオemile
ピラティスインストラクター
木村 えみこ



お申し込み方法

こちらから予約

①WEBで簡単予約

②電話で予約

ピラティススタジオエミール

☎080-5132-6624



主催

株式会社 東北ダイケン

問い合わせ先

pilates.studio.emile@gmail.com

☎080-5132-6624