

朝日×海風 とともに

早朝ストレッチ&ピラティス

in NX仙台港パーク

ドリンク
お土産付き

参加費 **1,000**円

■ 日時：7月27日(日) 6:00~7:00

■ 定員: 15名

場 所：NX仙台港パーク（仙台市宮城野区港2丁目5） 無料駐車場有
（雨天の場合中止）

持ち物

- ・レジャーシート（ヨガマットの下に敷く用）
- ・ヨガマットまたはバスタオル
- ・フェイスタオル
- ・水分補給
- ・帽子、サングラス、虫よけスプレーなど



潮風を感じ、木陰の緑に囲まれて深呼吸。
朝の空気を胸いっぱい吸いこみ、気持ちのよい一日をスタートしましょう。
激しい動きはありませんので、初心者の方、シニアの方も
お気軽にご参加お待ちしております。



お申し込み方法

①電話で予約 ☎ 080-5132-6624
ピラティススタジオエミール

②WEBで簡単予約



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



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