

もりやまエコパーク 多目的定期教室

# 新規レッスン体験会

参加費  
500円



リラクゼーション  
ピラティス

呼吸に合わせてボディバランスを整え、心と身体をリフレッシュ!

体験レッスン 日付・時刻・定員

6月1日(日) 10:00 ~ 10:50 15名限定

【持ち物】動きやすい服装、タオル、飲み物(フタ付)、ヨガマット(持込・貸出可)

通常レッスン 曜日・時刻

**7月開講予定** ※参加者5名未満の場合は、開講を延期する場合がございます。

【木曜日】20:40 ~ 21:30

ストレッチ

## ボディメンテナンス

身体機能向上のための様々なトレーニングとストレッチから構成されるプログラムです。

参加費  
500円

体験レッスン 日付・時刻・定員

6月1日(日) 11:10 ~ 12:00 15名限定

【持ち物】動きやすい服装、タオル、飲み物(フタ付)、ヨガマット(持込・貸出可)

通常レッスン 曜日・時刻

**7月開講予定** ※参加者5名未満の場合は、開講を延期する場合がございます。

【水曜日】13:00 ~ 13:50

体験レッスン申込開始日

5月13日(火) 13:00~定員になり次第受付終了

★受付窓口または、お電話(7日以内の入金必須)でお申込みください!

【体験者限定特典】体験枠のレッスンへご入会に限り、通常(10回)7,000円から1,000円割引!