

ご予約はこちらから



今月のテーマは・・・  
**腰痛・反り腰改善!**

# Pilates

—ピラティス—

ピラティスで女性らしい身体に  
—お子様連れも歓迎—

11/18  
土曜日  
● 10:00~

11/21  
水曜日  
● 13:30~

- 場 所：道の駅まえばし赤城  
フードコート2階会議室
- 参加費：1500円
- 持ち物：ヨガマット、動きやすい服装  
水分補給、フェイスタオル2枚