

# PILATES FOR BEGINNERS

ピラティス入門

場 所：上野台体育館 トレーニング室

費 用：月謝制 3,000円（初月月謝無料）

日 時：毎週木曜日（第5週を除く）

15：00～16：00

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル

