



Instagram更新中♪
このネームタグをInstagramで
スキャンしていただくと
フォローできます♪



ご予約・お問い合わせ
0742-30-0056
ご予約mailアドレス
pilates.yoyaku@gmail.com



☆毎月1日は休館日です☆

グループレッスン新メニュー【サーキット】

9月からグループレッスンに新メニューの「サーキット」が登場！

複数のマシンを順番に回り、最大9人で行う
サーキット方式のグループレッスンです。

今までとはひと味違うレッスンをぜひ楽しんでくださいね♪

ぜひたくさんのご参加をお待ちしております！



今後も新しいグループレッスンを
順次ご案内予定です。
ぜひ楽しみにお待ちください♪



おうちで
PilatesBody♪
オンライン
動画レッスン



★PBAプレイベント★

- 10/8(水) 16:00~16:40 王寺スタジオ
- 10/14(火) 16:00~16:40 西大寺スタジオ
- 10/20(月) 12:00~12:40 郡山スタジオ

解剖学に基づいた指導者育成レッスンを
少しだけ体験していただけます。

インストラクター養成講座ってどんな感じかな？

解剖学を知る事で身体の動きが良くなります！

ぜひ体験してみてください♪

(チケット3枚でご受講いただけます)

担当インストラクター:Atsuko



指導力体験会 10月スケジュール

10/4(土) & 10/11(土) 10:30~

10/29(水) 11:30~



★効果が見える5のつく日のレッスン★

テーマ『Swan』

- 10/5(日) 9:50~10:15 西大寺スタジオ
- 10/15(水) 13:00~13:25 王寺スタジオ
- 10/25(土) 9:10~9:35 郡山スタジオ

チケット2枚または都度払い¥3,850

店頭キャッシュレス決済でご受講いただけます

担当インストラクター:Chikako



インストラクター養成講座に

ご興味ございましたら

指導力体験会に

ご参加ください♪

詳しくは
公式サイトから
御覧ください。

