

ピラティスで機能的な 身体を手に入れる

FRP JAPAN 2016 in 長崎

2016.2.21 sun 10:00~16:00

あなたはキレイに歩いていますか？
ピラティスで芯から美しく健康にパフォーマンスアップしませんか？
ピラティスといえばコアを鍛えるイメージが強いですが
実は「効率良く動く」をゴールとしていることを皆さんご存知ですか？
このイベントではビューティー・スポーツ・健康・歩行をテーマに
ピラティスのレッスンをを行います。
初心者からピラティスインストラクターまで様々な方が集まる
イベントです。どうぞお気軽にご参加ください。

Special
Lesson!!

美しい歩きを 手に入れる

時間：14:00~16:00

講師：中村 尚人

料金：¥8,400

ピラティスで ずっと健康

時間：12:00~12:50

料金：¥2,000

ピラティスで
芯から作る美しさ

時間：10:00~10:50

料金：¥2,000

パフォーマンスアップ のためのピラティス

時間：11:00~11:50

料金：¥2,000

皆さんで日本のピラティスを
盛り上げよう!!

場 所：〒852-8012 長崎県長崎市淵町2
三菱重工総合体育館 大体育館

対 象：どなたでも参加可能

持ち物：動きやすい服装、飲み物
マット（ヨガマットOK）

お申込み：専用カートよりお申込みください
<http://p3takt8.shop-pro.jp/?pid=94517319>
イベント内容は予告なく変更になる事がございます。



ご注意：キャンセルには、キャンセル料がかかります。10日以前 全額返金、-9日前~5日前 50%返金、-4日前~当日 返金なし

八王子のヨガ・ピラティス・ウォーキングスタジオ
TAKT EIGHT

<http://www.takt8.com>

@takt8



「TAKT EIGHT Yoga」

お問合せ：TEL 042-649-1545 E-mail frp@takt8.jp

