

ピラティス料金表 (グループレッスン 60 分間)

※2 名以上で実施

	マットのみ
初回	1,250 円
2 回目以降	2,500 円
4 回券 (2 カ月間有効) ※初回含めず	9,600 円
8 回券 (4 カ月間有効) ※初回含めず	17,600 円



※マット…ご自身の体重を負荷としてエクササイズを行います。ボール、バンド、アーク、ローラ等の道具を使用することによりバリエーション豊かなエクササイズを行う事ができます。ご自宅でも復習ができます。

ピラティスインストラクター 水崎直子 【お問合せ・ご予約 080-3963-5654】