

有料ピラティス

～美姿勢・ボディメイク～

担当：FUKI

【日程】3/27（金） 15:00~16:00

【料金】2,200円（税込）

※法人会員様、他店舗会員様は30分前チェックイン、60分以内のチェックアウトをお願いします。スパエリアのご利用は可能です。
ジムエリアや他のスタジオレッスンご参加の場合は別途施設利用料が必要です。

【定員】12名

【申込詳細】

WEBサービス→ログイン→イベント→イベント予約→同意して次へ進む→店舗『ジェクサー横浜』を選択→有料ピラティスクラスを選択→WEB決済

【申込期間】

3/7（土）10:00～3/27（金）14:30まで

【キャンセルについて】

3/26（木）23:59までにイベントよりキャンセルをお願いいたします。
期間内のキャンセルは、WEB上にて返金されます。
※キャンセル期限を過ぎてのイベント予約も可能ですが、返金はされません。ご了承ください。

【座席】

当日の座席につきましては、当日14:55に抽選にて行います。
別紙、座席表をご確認ください。

姿勢を整えることは、美しさと健やかさの源です。
このクラスでは、体の芯から正しい使い方を見直し、骨格と筋肉の連動を理解しながらピラティスを深めていきます。
一人ひとりの身体の状態を丁寧に観察し、必要なアジャストを行うことで、変化を実感できる内容です。
終わった後はスツと立てる心地よさを一緒に感じてみませんか？

