

トレーニングコース ピラティスコース

1Day

エントリーコースを学んだ方が、ピラティスの原理原則を取り入れて姿勢改善や動作改善につながるエクササイズとプログラムの考え方を学びます。ピラティス指導をされている方には新しい刺激的なピラティス指導を、ピラティスの経験がない方は、ピラティスへの導入としても可能です。

日時

2020年8月9日(日)

10:00～18:00

【料金】 39,600円(税込)

再受講(リメイク) 13,200円(税込)

【講師】 尾陰 由美子(4DPROマスタートレーナー)

【定員】 14名

【会場】 からだの学舎Re-fit

【持ち物】 筆記用具、タオル、水分、動きやすい服装(女性の方は長袖をお勧めします)

【お申し込み・お問い合わせ】 ☎072-260-4085

MAIL: info@karadanomanabiya.com

HP: <https://karadanomanabiya.com>

※基本的にはエントリーコース受講者対象です。
ただし、ZoomによるWEBセミナーを受講いただくことで当コースのみの受講も可能です。

4DPROのギアを講習会当日に
PayPayでお支払いの方には送料無料

からだの学舎

Re-fit
Karada no Manabiya

