

7月よりNEW LESSON

# 姿勢ピラティス

猫背 ぽっこりお腹 姿勢による身体の不調に対して  
ピラティスを通して姿勢を整えお悩み解消のお手伝い  
をするためのクラスです。

ピラティスを実施したことがなくても、  
姿勢に関するお悩みがあればどなたでも  
参加して頂いても大丈夫です。

日程 第1・第3金 月謝 ¥3,400  
講師 Pilates Studio DEP松江  
PHI Pilates Comprehensive IR  
理学療法士 中川 昌幸

無料体験レッスン!

6/21 (金) 13:00-13:40  
定員 10名 料金 無料

■お問い合わせ・ご予約

◇月～土 受付時間9:00～19:00  
◇定休日 日・祝・年末年始

さんびるアカデミー  
☎(0852)60-2138

〒690-0045  
松江市乃白町薬師前3-3  
さんさんビル2階

