

## 4月開講教室無料体験会

# BODY BALANCE

## ボディバランス

ボディバランスとは…

ヨガ、ピラティス、太極拳のポーズを取り入れ、最新の音楽に合わせて身体を動かします。柔軟性、集中力を養い、筋持久力の向上を目指せるプログラムです。



担当 平田インストラクター



### 開催日時

4月20日（火）11:15～11:45（30分）

23日（金）10:15～11:00（45分）

※体験はお1人様1回とさせていただきます。

- 【申込受付】 2021年4月12日（月）9時30分受付開始
- 【申込方法】 先着にて総合受付またはお電話でお申込
- 【定員】 各教室20名
- 【料金】 **無料**
- 【持ち物】 タオル・お飲み物・ある方はヨガマット

ウィングアリーナ刈谷に新教室が開講します！レズミルズの中で大人気のボディバランスです。この機会にぜひ参加してみてくださいね☆

ウィングアリーナ刈谷 0566-63-6886

