

ピラティス 【アラカルト】 ～ 7月 ～

CHECK!



- ・本格的なピラティスに興味のある方
- ・簡単な機能解剖学を知りたい方

【担当者】AKEMI



呼吸の説明や、ピラティスの
基本エクササイズ・体の使い方を
身に着け、個別のお悩みや
疑問にも寄り添い、
ループやボールを使いながら
レッスンを進めていきます。

体の理解を深めて、ご自身に最適な
エクササイズを見つけましょう♪

【開催要項】

7月 6日 13日 20日

曜日 土曜日

時間 15:00～15:45

場所 Bスタジオ

定員 20名(最少催行人数7名)

料金 1,100円(税込)/回

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【6日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(木)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 6月22日(土)22:00～
【13日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 6月29日(土)22:00～
【20日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月26日(水)22:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 7月6日(土)22:00～

申込締切 6日分…7月3日(水) 13日分…7月10日(水) 20日分…7月17日(水) 23:59まで
(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各回開講日前日まで…0% / 開講日以降…100%
返金 開講予定レッスン終了後の返金となります。

ピラティス 【アラカルト】 ～ 8月 ～

CHECK!



- ・本格的なピラティスに興味のある方
- ・簡単な機能解剖学を知りたい方

【担当者】AKEMI



呼吸の説明や、ピラティスの
基本エクササイズ・体の使い方を
身に着け、個別のお悩みや
疑問にも寄り添い、
ループやボールを使いながら
レッスンを進めていきます。

体の理解を深めて、ご自身に最適な
エクササイズを見つけましょう♪

【開催要項】

8月 3日 17日 24日

曜日 土曜日

時間 15:00～15:45

場所 Bスタジオ

定員 20名(最少催行人数7名)

料金 1,100円(税込)/回

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【3日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月19日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 7月20日(土)22:00～
【17日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月24日(水)22:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月3日(土)22:00～
【24日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月31日(水)22:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月10日(土)22:00～

申込締切 3日分…7月26日(金) 17日分…8月14日(水) 24日分…8月21日(水) 23:59まで
(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各回開講日前日まで…0% / 開講日以降…100%
返金 開講予定レッスン終了後の返金となります。

ピラティス 【アラカルト】 ～ 9月 ～

CHECK!



- ・本格的なピラティスに興味のある方
- ・簡単な機能解剖学を知りたい方

【担当者】AKEMI



呼吸の説明や、ピラティスの
基本エクササイズ・体の使い方を
身に着け、個別のお悩みや
疑問にも寄り添い、
ループやボールを使いながら
レッスンを進めていきます。

体の理解を深めて、ご自身に最適な
エクササイズを見つけましょう♪

【開催要項】

9月 7日 14日 21日

曜日 土曜日

時間 15:00～15:45

場所 Bスタジオ

定員 20名(最少催行人数7名)

料金 1,100円(税込)/回

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(火)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月24日(土)22:00～
【14日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月21日(水)22:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月31日(土)22:00～
【21日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月28日(水)22:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 9月7日(土)22:00～

申込締切 7日分…9月4日(水) 14日分…9月11日(水) 21日分…9月18日(水) 23:59まで
(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各回開講日前日まで…0% / 開講日以降…100%
返金 開講予定レッスン終了後の返金となります。