

ピラティス 【アラカルト】 ～ 4月～

【担当者】AKEMI



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

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】

4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 … 3月19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 … 3月23日(土)22:00～
【13日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 3月20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 … 3月30日(土)22:00～
【20日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 3月27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 … 4月6日(土)22:00～

申込締切 6日分…4月3日(水) 13日分…4月10日(水) 20日分…4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】 ～ 5月 ～

【担当者】AKEMI



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

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】

5月 11日 18日 25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 【11日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 4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 … 4月27日(土)22:00～
【18日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 4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 … 5月4日(土)22:00～
【25日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 5月1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 … 5月11日(土)22:00～

申込締切 11日分…5月8日(水) 18日分…5月15日(水) 25日分…5月22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】 ～ 6月～

【担当者】AKEMI



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

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】

6月 8日 15日 22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 【8日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 5月20日(月)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 … 5月25日(土)22:00～
【15日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 5月22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 … 6月1日(土)22:00～
【22日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 5月29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 … 6月8日(土)22:00～

申込締切 8日分…6月5日(水) 15日分…6月12日(水) 22日分…6月19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。