

先行体験イベント 開催します！

無料

2026年

5月23日(土) ▶ 28日(木)

体験期間中、

インストラクターがそばで丁寧に導いてくれるから、
わかりやすく、安心して心地よく動けます。

ゆっくり呼吸して、体の声をきいてみる。

終わったあと、背筋がすっと伸びて、心まで軽くなる。

この一週間だけのマシンピラティス先行体験ウィークで、

“ととのう”時間を感じてみませんか？

< 期間中 おひとり様 2回まで受講可能 >

・女性限定 ・ホリデイスポーツクラブ古河店の会員様限定
・運動するウェアでお越しください ・シューズ不要、ソックスを履く場合は滑り止めのあるもの

先行体験イベント 開催スケジュール

- ① 10:15-
② 11:00-
③ 11:45-
④ 12:30-
⑤ 13:15-
⑥ 14:00-
⑦ 14:45-
⑧ 15:30-
⑨ 16:15-
⑩ 17:00-
⑪ 17:45-
⑫ 18:30-
⑬ 19:15-
⑭ 20:00-
⑮ 20:45-
⑯ 21:30-

日曜日は
⑪まで

当日分・翌日分まで、
事前予約制

1クラス 30分間

予約台帳に会員番号を記入し、
セッティングの説明をしますので、
開始5分前までにお越しください。