

先行体験イベント 開催します！

無料

2026年

10月24^土日 ▶ 29^木日

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奈良店の会員様限定
・運動するウエ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 9:15-

② 10:00-

③ 10:45-

④ 11:30-

⑤ 12:15-

⑥ 13:00-

⑦ 13:45-

⑧ 14:30-

⑨ 15:15-

⑩ 16:00-

⑪ 16:45-

日曜日は
⑫まで ⑫ 17:30-

⑬ 18:15-

⑭ 19:00-

⑮ 19:45-

⑯ 20:30-

⑰ 21:15-

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。