

先行体験イベント 開催します！

無料

2026年

8月22日(土) ▶ 27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、背筋がずっと伸びて、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草加店の会員様限定
 ・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。