HOLIDAY PILATES

話題の
マシンピラティスを
試してみよう♪

先行体験イベント開催します！ 無料

2027年
1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四日市店の会員様限定
・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 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-
日曜日は⑪まで
⑪ 17:45-
⑫ 18:30-
⑬ 19:15-
⑭ 20:00-
⑮ 20:45-
⑯ 21:30-

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。

HOLIDAY SPORTS CLUB