

一緒に身体づくりははじめませんか？

ピラティス教室

日時

令和7年4月～令和8年3月

日曜日（月3回程度）

10時00分～11時00分

※詳しい日程はHP、インスタグラム、館内カレンダーをご覧ください。



会場

海竜スポーツランド

参加費

当日券 1,500円（税込）

6回券 6,000円（税込）

（※有効期限 購入時から6カ月）

無料体験受付中

（※1回限り）

ストレッチマット
貸し出します！

持ち物

ストレッチマット

飲み物

申込み

参加当日受付にて

—ピラティスの効果—

- ◆バランスのとれた筋肉づくり
- ◆姿勢の改善
- ◆安定した身体の軸を作る

当日参加できます！
お気軽に
ご参加ください！



・プール・アリーナ（体育館）・トレーニング

海竜スポーツランド TEL. 0766-86-8310

射水市海竜町29番地
火曜日休館

平日/ 9:00～21:00 日・祝/ 9:00～19:00
プール/10:00～20:30 日・祝/10:00～18:30



ホームページ



インスタグラム