



# 桜ピラティス

**満開の桜の下で、インナーマッスルを鍛え美と健康を手に入れよう！**



**3 月 31 日 (火)**

**10 : 00 ~ 11 : 00**

**河西緩衝緑地西松江サッカー場**



**定員 30名 講師 峪 紀子先生**

**参加料 ￥500**

**持ち物 ヨガマット・動きやすい服装 ・飲み物・タオル**

**3月 10日 (火) 13:00~受付です。 073-451-8355**