

新登場

ふわっと、整う。

Aqua Pilates

アクアピラティス

水に身をゆだねて、しなやかに整える。

アクアピラティスとは

“ABOUT PROGRAM”

水に入った瞬間、身体はふわっと軽くなる。立っただけなのに、すこし揺れる。

その揺れの中で、自分の“真ん中”に気づいていく。

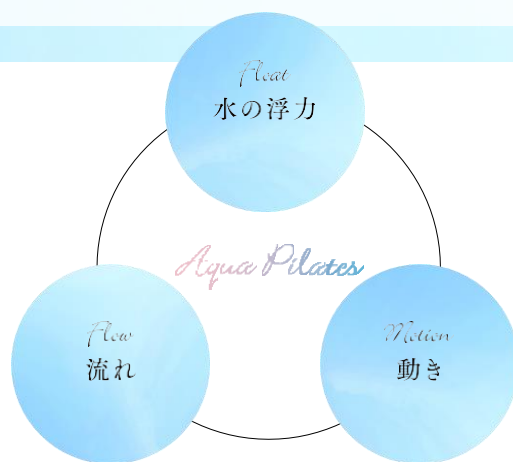
水の浮力や抵抗、水圧を活かしながら、無理なく身体を整えていくプログラムです。がんばるのではなく、水にゆだねながら、しなやかに整えていく。

それが、メガロスのアクアピラティスです。

アクアピラティスの特徴 “FEATURES”

水の浮力、流れ、動き。

それぞれが重なり合い、自然と身体を整えていく。



こんな方におすすめ “RECOMMENDED”



激しい運動は苦手。
でも身体は整えたい方。



運動したいけど、
膝への負担が気になる方。



無理なく、脂肪燃焼や
代謝アップを目指したい方。



肩こりや腰の違和感をや
わらげたい方。



リラックスしながら、健康的な身体
づくりをしたい方。

メガロス千種

TEL.052-745-9500

〒192-0904

愛知県名古屋市千種区千種2-23-11

営業時間 [平日]9:30~23:30 [土]9:30~22:30 [日・祝日]10:00~20:00

定休日 毎週金曜日・夏期・年末年始

あしたを、つなぐ — 野村不動産グループ
野村不動産ライフ&スポーツ