

メガロスフレ相模大野
無料体験レッスン開催！

Reformer Pilates (グループマシンピラティス)

身体を「リフォーム」するためのピラティスマシン（リフォーマー）を使用し、

音楽に合わせてピラティスの動きを行う新しいクラス

女性専用スタジオ「メガロス グループマシンピラティス」がOPEN！

姿勢改善
&
腰痛改善

柔軟性
&
筋力UP

バランス
&
安定性
向上

1月11・18・25（日）

14：15～15：00 Total Basic

1月20日（火）

11：30～12：15 Total Basic

13：30～14：15 Total Basic

19：30～20：15 Total Basic

※定員は各7名でございます。



こちらからお申込みください👉

マシン利用時の安全を考慮し、滑り止め付き靴下の着用が必須でございます。

※店頭でもご購入いただけます。

また体験はおひとり様1回のみでございます。

20日（火）はピラティスレッスンのみご利用いただけます。

日曜日のクラスはレッスンの前後1時間はジム（男女共用）とスパがご利用いただけます。

