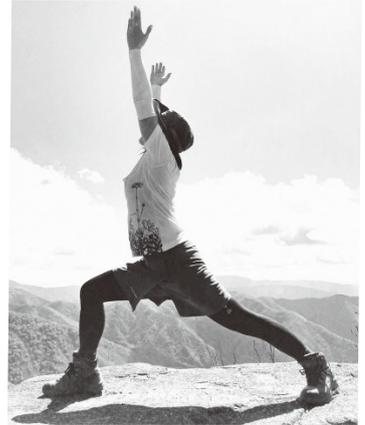


上三川日産スポーツセンターからのお知らせ

自分に合ったパーソナルを! マンツーマンレッスン開講中

【パーソナルヨガ】トレーナー KOTOMI

★ヨガ初体験の方 ★自分のポーズが合っているか確認したい方
★集中してレッスンを受けたい方 ★カラダが硬い、膝に不調がある…
自分に合わせてレッスンして欲しい方など
自分だけの贅沢なヨガ時間でゆっくり心も穏やかに整えてみませんか?



【パーソナルマットピラティス】トレーナー yuki.

ピラティスは姿勢が良くなるエクササイズです★
なかなか効果を感じられない方も、ご自身の身体の状態を知り
ご自身に合ったメニューで正しく行うことにより、
より効果を発揮します。初めての方も大歓迎です★

※パーソナル予約方法・時間・料金等はお問合せください



多目的室1でパーソナルな空間を!

【多目的室1】1時間360円
冷暖房完備(別料金)! 雨天心配なし!

大流行中のピククルボール(1面)や卓球(3台)を
パーソナルな空間でご利用いただけます

※パドル・卓球ラケット・ボール無料貸出あり



平日レッスン 無料チケット配布中!

体育センターで開講中のレッスンを2教室セットでお申込みいただいた方に
【1回分レッスン無料参加チケット】を特典としてプレゼントしております♪

レッスン詳細はHP又はインスタグラムスタッフまでお問い合わせください

〈休館日〉7月/1日・8日・22日・29日
8月/5日・19日・26日



▶ 問い合わせ先=上三川日産スポーツセンター ☎ 56 7 3 2 8