

PHI ピラティススタジオ Calm 期間限定イベントレッスンのお知らせ

基礎を、正しく、しっかりと。



Phi Pilates Primary

PHI ピラティス・プライマリー



2016.3.1 - 3.30



ピラティスのエクササイズは正確に行うことがとても大切です。

「PHI ピラティス・プライマリー」ではPHI ピラティスの基本エクササイズ（10種）を、インストラクターが見本と解説を交えて行っていきます。

いつものレッスンをより効果的にするため、これから始めるピラティスの土台をつくるため、この機会に「正確な基礎」を身に付けませんか？

Calm
PHI Pilates Studio