



GROUP CENTERGY体験会!!

GROUP CENTERGYとは…ヨガやピラティスの動きを基盤としたマインドボディプログラムです。音楽に合わせて柔軟性・バランス能力・コアを強化・改善し、身体の安定とリフレッシュを図ります。心拍数を上げる運動ではなく、どなたにでもご参加いただきやすいレッスンですので、ぜひ一緒に気持ちよく汗を流しましょう♪

【要 項】

日 程: 2026年5月10日(日)
時 間: 14:00 集合&説明
14:30 GROUP CENTERGY
15:35 解散

場 所: パルポートワカヤマ

対 象: パルポートワカヤマアクト会員様・子どもスクール保護者の方

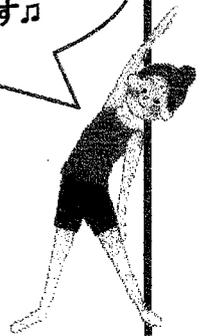
定 員: 10名

※定員になり次第、締め切らせていただきます

参加費: 1,100円

持ち物: 動きやすい服装・ドリンク・タオル・ヨガマット(あれば)

小川が担当します!!
運動未経験の方や男性もお気軽にご参加お待ちしております♪



《受付開始》4月2日(木) 10:30～ ※電話予約可

☆キャンセル…4/25(土)までのキャンセルは全額返金いたします。

それ以降のキャンセルは原則として返金いたしかねますのでご了承ください。



パルポートワカヤマ 073-433-0990

領 収 書

様 金 1,100 円

上記の金額をGROUP CENTERGY体験会の参加費として領収いたしました。

きりとり

GROUP CENTERGY体験会 申 込 書

お名前		年齢	
連絡先			

上記の者は、身体的・精神的な諸疾患がなく、レッスンを受けるのに支障のないことを医師の診断書に代わり、本書をもって証明します。もし身体的・精神的疾患の原因により事故が発生した場合は、一切の責任を持つことを誓約いたします。

氏名

印