

ピラティス PILATES

姿勢改善ピラティス

猫背・反り腰・ストレートネックなど、日々の習慣で定着した不良姿勢を、豊富なピラティスマシンによる、あなただけのオーダーメイドセッションで改善に導きます。

初回先着 3名 / 日	¥5,000 / 70分
通常価格	¥8,000 / 50分
回数券 5回	¥38,000
回数券 10回	¥72,000
回数券 15回	¥105,000

産後ケアピラティス

産後の腰痛・尿漏れ・姿勢不良などのマイナートラブルを、パーソナルセッションと、お客様個人に合わせたセルフケアで改善に導きます。

初回先着 3 名 / 日	¥ 5,000 / 70 分
通常価格	¥ 8,000 / 50 分
回数券 5 回	¥ 38,000
回数券 10 回	¥ 72,000
回数券 15 回	¥ 105,000