

PILATES

～ 料金表 ～

整体×ピラティス 【通常 70分】

徒手施術により姿勢不良を引き起こしている問題点を改善し、整体の効果を持続させるためのマシンピラティスを実施します。



初回体験 …………… 5,000円

通常価格 …………… 10,000円

姿勢改善ピラティス 【通常 50分】

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。



初回体験 …………… 3,000円

通常価格 …………… 8,000円

回数券 5 回 …………… 3,8000円

回数券10回 …………… 72,000円

産後ピラティス 【通常 50分】

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



初回体験 …………… 3,000円

通常価格 …………… 8,000円

回数券 5 回 …………… 3,8000円

回数券10回 …………… 72,000円