

◆ ゆっくりピラティス

【ZOOMを使用したオンラインレッスンです。】身体への気づきを高め、骨のアライメントを整え、体幹も作っていきます。はじめての方大歓迎。  
※月曜クラスはフォームローラーを使用したクラスとなります。お持ちの方はご用意ください。フォームローラーをお持ちでない方でもご参加いただけます。

■全11回 ■¥12,100(税込)  
■月曜日 ■18歳以上女性  
■7月5.12.19.26 8月2.16.23.30  
9月6.13.27

【OL701】 11:00-12:00

■全12回 ■¥13,200(税込)  
■水曜日 ■18歳以上女性  
■7月7.14.21.28 8月4.18.25  
9月1.8.15.22.29

【OL702】 11:00-12:00

■全12回 ■¥13,200(税込)  
■土曜日 ■18歳以上女性  
■7月3.10.17.24.31 8月7.21.28  
9月4.11.18.25

【OL703】 11:00-12:00



◎ ゆっくりピラティスのオンラインレッスンを受講される際の注意事項

- ・Wi-Fiなどのインターネット環境があることをご確認ください。
- ・受講に使用するメールアドレスはキャリア以外のものを推奨しています。
- ・お申し込みはホームページの問い合わせよりお願いします。
- ・教室参加費のお支払い方法は窓口、または銀行振込をご利用ください。 ※振込手数料が発生いたします
- ・Drop in対象教室です。  
 >> ¥1,320(税込)/回  
 >> まとめてのお申し込みが可能です
- ・教室を欠席された場合は、他曜日クラスへ振替が可能です。ご希望の方はご連絡ください。

◎ ヨガ教室の運動強度について

★の数が運動強度の目安となります。運動強度が高いレッスンほど身体を大きく動かしていくので、インナーマッスルの強化やシェイプアップにもつながります。運動強度が低いレッスンはリラックスしたい方におすすめです。ご自身の目的に合わせてお選びいただけます。

<体験教室 申し込み方法>

体験教室の申し込みは、窓口・お電話にて承ります。体験を希望される教室・お名前・お電話番号を伺い、お申し込み完了となります。定期教室スタート後の体験については、定員に達していない場合のみ体験でのご参加が可能です。また、体験は各教室おひとり様一回とさせていただきます。料金は一律¥1,000頂戴いたします(別途教材費等)。

<定期教室 申し込み方法> ※継続者優先申込は5月末までです。

定期教室の申し込みは、教室を体験していただいた方のみ承ります。申込書に必要事項をご記入いただき、お申し込みは完了となります。定期教室スタート後の途中参加につきましては、定員に達していない場合のみ受け入れが可能です。その場合の参加費は終了回数分を減額して申し受けさせていただきます。

<Drop in(都度参加)について>

定員に達しておらず、講師から承認のある教室につきましては、定期の申し込み以外にその都度料金をお支払いいただき教室に参加する「Drop in制度」がございます。Drop inの申し込みは事前予約制で、窓口・お電話にて承ります。

<利用規約・ご注意>

- ・受講料には消費税10%が含まれています。
- ・受講料は初回まで一括でお支払いください。また教室開始後の返金は致しません。
- ・通院中の方、健康状態に不安のある方は予め医師の許可を得てからお申し込みください。
- ・スタジオ開催教室につきましては、お客様の都合によるお休みによる振替は一切できません。
- ・教室参加にあたりご記入いただいた情報は、教室運営にのみ使用し、その他の目的には使用しません。
- ・当施設は更衣室をご用意しておりますが、洗面所・お手洗い等はありませんので、ビル内共有施設をご利用ください。
- ・専用の駐車スペースは設けておりませんので、公共交通機関でのお越しをお勧めいたします。
- ・受講者が定員に達した場合、受付できない場合がございますので、予めご了承ください。



2021年 7月~9月期  
LIFE STATION 新百合ヶ丘  
定期教室プログラム

