

PCCS STUDIO 一人ひとりに目が行き届くスタジオプログラム!初心者の方でも安心してレッスンに参加できますよ♪

家事で肩こりがひどくて...

✓セルフチェック!

思い当たることはありませんか

寒くなると腰が痛くなる...



一つでも当てはまるあなたは!

運動初心者大歓迎!

健康イキイキ会員登場!

3,000(税抜)円/月

定員 20名様

月~水・金 9:50~11:30のご利用

運動が苦手でも安心のプログラム。体力、目的に合わせて好きなプログラムを受けて頂けます。

	10:00~10:30	10:40~11:10
月曜日	姿勢改善	ウェービングストレッチ
火曜日	からだバー	やさしいヨガ
水曜日	やさしいエアロ	ストレッチポール
金曜日	エンジェルボール	筋力トレーニング



かんたんストレッチマシン「ホグレル」も使えます!



気持ちよく筋肉をほぐして肩こり、腰痛、膝痛改善!

人気のヨガ・ピラティスが楽しめる

ヨガ・ピラティス会員募集

ヨガ・ピラティスに興味はあるけれど...「体がかたい」「運動が苦手」「難しそう」そのような理由で避けていませんか?そんな方にお勧めなのが「ヨガ・ピラティス会員」。初心者対象で少人数制のクラスなのでどなたでも安心してクラスにご参加いただけます。不安な方はまず無料体験から始めてみませんか?

月額 4,000円/月

定員 各クラス8名

対象 運動初心者の方



プログラムの後は温浴施設がご利用いただけます。

ピラティス	火曜 12:20~13:20
ウェービングヨガ	火曜 21:00~22:00
アロマヨガ	水曜 21:00~22:00
ヨガ	金曜 11:40~12:40
Stretch-eze	金曜 14:00~15:00
ヨガ	土曜 10:00~11:00



まずは体験してみませんか?

健康イキイキ会員/
ヨガ・ピラティス会員

無料体験開催 予約制



期間:2020.2.14(金)~3.31(火) お気軽にお問い合わせください。

A Part Of Life

スポーツクラブゼオス泉佐野

お問合わせは TEL.072-463-3305

フェイスブックで情報発信中!
facebook.com/zeosizumisano

http://www.zeos.co.jp

スポーツクラブゼオス泉佐野 検索

営業時間 平日/9:00~23:30 土日祝/9:00~20:00
休館日 毎週木曜日

駐車場 568台完備!
4時間無料!



携帯サイトのアクセスはこちら!

