

일원스포츠문화센터

# 편안하고 건강한 일상, 기구필라테스 12시 강좌 신규회원 모집



연번	강좌명	운영요일	운영시간	강습료	모집정원
1	기구필라(월수금/12:00)	월 · 수 · 금	12:00~12:50	180,000원(비할인)	6명
2	기구필라(화목/12:00)	화 · 목	12:00~12:50	120,000원(비할인)	6명

※ 잔여석에 한하여 2024년 9월 14일(토)까지 현장 등록 가능

□ 지도강사: 김진이



- 필라테스(매트, 소도구, 캐딜락, 리포머, 체어, 배럴), 해부학 및 인체역학, 자이로토닉, 자이로키네시스 등 자격 보유
- 제프웰니스 필라테스 Group Session · Personal Session · Gyrotonic · Gyrokinesis Teaching, 시립성동청소년센터 6:1 기구필라테스 지도 등

★ 수강신청 방법: 일원스포츠문화센터(강남구 영동대로 22) 안내데스크 방문 접수

□ 문의처: 일원스포츠문화센터 안내데스크 02-2176-0984~5