

銀座ほか

ピラティスで体を変えよう！

科学的エクササイズのパラ
ティスは体の根本から見直し、美
しく健康的な体づくりを目指せ
ます。BASIPILATESでは、
一人一人の体の状態に合わせて
呼吸や動きを丁寧に教えてく
れ、正しい体の使い方が分かる
と評判。ピラティスで、普段の
生活から健康的で美しい姿勢を
目指しませんか？
11月30日(日)まで、新店オ
ープンにつきシテイ読者限定で入
会金(通常1万500円)が無料
に。まずは体験レッスンへ！

BASIピラティス



10月4日(土)BASIPILATES三
軒茶屋が、18日(土)にピラティス
スタイル池袋がオープン

新店オープンにつき読者限定で入会金通
常1万500円が無料、グループレッスン
体験1回60分通常3000円が1500円に
(掲載全店で有効)。※11月30日(日)まで

BASIPILATES銀座 ☎03(6240)1984
BASIPILATES新宿 ☎03(6431)8033
BASIPILATES中目黒 ☎03(6805)6044
BASIPILATES三軒茶屋 ☎03(5787)8955
BASIPILATES下北沢 ☎03(3868)0202
BASIPILATES六本木 ☎03(6425)7054
ピラティススタイル池袋 ☎03(6915)2360
ピラティススタイル吉祥寺 ☎0422(26)7642
ピラティススタイル溝の口 ☎044(272)7551
<http://www.basipilates.jp>