



セコムウェルネスサービス

2019年 1～3月 講座のご案内



身体ほぐし&ピラティス ～姿勢美人をめざして～

1月 7、21、28 日

🕒 月 15:00～16:30

2月 4、18、25 日

💰 月額 6,480円

3月 4、11、18、25 日

腹式呼吸からはじめるコース

1月 9、23 日

🕒 水 13:00～14:30

2月 6、20 日

💰 月額 3,240円

3月 6、20 日



健康フィットネス 木曜コース

1月 10、17、24 日

🕒 木 9:30～10:30

2月 7、14、21、28 日

💰 月額 4,320円

3月 7、14、28 日



健康フィットネス 金曜コース

1月 11、18、25 日

🕒 金 13:30～14:30

2月 1、8、15、22 日

💰 月額 4,320円

3月 8、15、29 日



やさしいバレエ ～健康美を目指して～

1月 10、24 日

🕒 木 15:00～16:30

2月 14、28 日

💰 月額 4,320円

3月 14、28 日



🌸🌸 ご案内 🌸🌸

- 料金はすべて税込表示です。
- 運動講座には動きやすい服装でお越しください。
- 期間限定講座以外は4月以降も開催します。日程は2月頃にお知らせします。
- 講座は変更内容や日程が変更となる場合がありますのであらかじめご了承ください。
- 会員の方は優待料金でご受講いただけますので、下記にお問い合わせください。(一部講座を除く)

信頼される安心を、社会へ。
SECOM
セコム医療システム株式会社

—— 講座はすべて事前予約制です ——

セコムカレア千歳烏山

東京都世田谷区南烏山5-5-9 2階

TEL.03-5314-3950

受付時間/10:00～17:00(土、日、祝日は除く)

ご予約、
お問合せは
こちら



「アクセス」
京王線「千歳烏山」駅より徒歩4分
バス停「千歳烏山駅南口」より徒歩3分