

料金表

各コースの料金形態は、下記の通りとなります。

健康ヨガ 毎週水曜日AM	週1回(50分)コース
	3,600円/月 1,000円/回
年払い一括の場合は、40,000円となります。 尚、オトクな回数券(11回分)は10,000円となります。	

椅子体操 毎週木曜日AM	週1回(75分)コース
	3,200円/月 1,000円/回
年払い一括の場合は、35,000円となります。 尚、オトクな回数券(11回分)は10,000円となります。	

痛み改善体操 毎週木曜日AM	週1回(60分)コース
	2,800円/月 800円/回
年払い一括の場合は、30,000円となります。 尚、オトクな回数券(11回分)は8,000円となります。	

椅子+痛み改善 セット体操 毎週木曜日AM	週1回コース
	5,000円/月 1,500円/回
年払い一括の場合は、55,000円となります。 尚、オトクな回数券(11回分)は15,000円となります。	

パーソナル ストレッチ 毎週木曜日	週1回(30分):完全予約制
	7,000円/月 2,000円/回
3ヶ月、半年、1年での価格設定のご相談に応じます。 尚、オトクな回数券(11回分)は20,000円となります。	

ペア・トレ 土曜指定日	90分:毎回5組限定
	2,000円/回

(注意)
教室の定員は、12名となります。
定員超過の場合は、お断りする場合がございます。
パーソナルストレッチは、マンツーマン指導となります。
ペア・トレはお2人での金額です。

何卒ご了承下さい。



見学・無料体験 随時受付中

電話にて受け付けております。
お気軽にお問い合わせ下さい。



教室の場所
健康推進プラザ とが・はつが

住所
堺市南区柁22-2
南消防署、ラウンドワンが目印、
千里山バス泉北営業所の正面倉庫の2F

電話番号
080-3119-7896
繋がらない時は
(072-247-8013)



泉北郵便局より徒歩3分
健康推進プラザとが・はつが



～健康の芽を伸ばすために～
女性インストラクター(健康運動指導士)による指導

健康推進 プラザ とが・はつが

初回限定無料
随時受付中!! 無料で体験できます

株式会社ほほえみネットワーク竹城