

「ゴルフの上達」と「健康」を同時に実現する 最強のエクササイズ

飛距離アップ

スイングの安定

脱メタボ・腰痛改善

# 俺のピラティス体験会

ピラティスは、ケガを予防しながら、飛距離UPと安定性を実現させるエクササイズです。腰痛改善や肩こり解消、そしてメタボ改善など、健康効果も高いです。「俺もピラティスやってみたい！」でも、巷のピラティス教室は女性ばかりで行きにくい・・・そんな男性のためのピラティス体験会です。

こんな方は是非お越しを

- いくら頑張っても上達しない! (>\_<) という方
- もうトシかな・・・? 最近飛距離が落ちてきたなあ・・・という方
- ラウンドの後半、疲れてヘトヘトになって当たらなくなる方
- 腰が痛い! 肩が痛い! でもゴルフしたい!! という方
- カラダに良いコトは何でもやってみたい! という方
- これからも健康を維持して、長くゴルフを楽しみたい方

●過去の体験会の様子です



日程 2018年4月30日(祝) 16:00▶17:20

場所 ヴィクトリアゴルフ藤沢川名店2F(スクール)  
当店入ってスグ左、自販機ヨコの階段でお二階へ

料金 1,080円(税込) 定員 6名様 (定員になり次第締め切ります)  
※お申込みはお早めに!

ピラティス指導 講師 甘糟 玲奈 (あまかす れいな)  
BESJ 認定 Body Element Pilates インストラクター



ゴルフ指導 師 小森 剛 (こもり つよし)  
HSPV公認ゴルフコンディショニング・インストラクター  
日本フィットネス協会認定ピラティスインストラクター



お問合せ Victoria Golf × HISAY 0466-29-9025

●「俺もピラティスを！」と思ったら、お近くのスタッフに「ピラティス体験会に参加」と一言

【受付時間】  
火曜日 13:00~20:00  
水~金 10:00~20:00  
土 日 10:00~19:30  
祝 日 10:00~17:00  
※月曜日定休