

OHAMA  
REMAKE  
BODY

pilates &  
fitness



**参加者募集中！！**

**2025年 4月～6月**

**4月2日（水）よりスタート！！**

受付開始：2月20日よりだいしんアリーナ受付にて

体験随時受付中 お一人様 ¥1,000

**全クラス 11時スタート！！**

完全サポート

病院のトレーナーが



ボディケア（水曜日）

痛みの改善、健康を維持したい  
不調のない身体を作るために  
正しい身体の使い方を一緒に  
学びます



ベーシック（水・金曜日）

全身を伸ばし、姿勢改善に必要な  
インナーマッスルを鍛えます  
意識しなくても自然に綺麗な姿勢を  
維持できるような身体を目指します



スタンダード（金曜日）

体力向上、ダイエット、脂肪燃焼に  
効果があり、アクティブに動きたい  
方におすすめです

ご予約お問合せは  
大阪府堺市堺区大浜北町5丁7-1  
大浜だいしんアリーナ受付 1F

☎ 072-225-4421

🖨 072-225-4425



公式LINE



インスタグラム



pilates & fitness

OHAMA  
remake  
body

## グループレッスン料金表

1回チケット	1,500円
5回チケット	7,500円
10回チケット	15,000円

### ご利用の流れ

STEP1  
申し込み



大浜体育館受付にて  
お申し込み

STEP2  
購入



販売機にてチケット  
ご購入

STEP3  
出席



公式LINEへご登録  
お願いします