

OHAMA
REMAKE
BODY

pilates & fitness

病院の
トレーナーが

完全サ
ポート

参加者募集中！！

2025年 7月～9月

7月2日（水）よりスタート！！

受付開始：6月18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



ボディケア

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
学べます

・水曜日 11時～11時45分



ベーシック

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

・水曜日 11時～11時45分

・金曜日 10時～10時45分



スタンダード

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

・水曜日 10時～10時45分

・金曜日 11時～11時45分

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



Instagram