

水辺からはじまる、
ウェルビーイング。

SUP

ピラティス

先着
10名

10月10日 10:00～15:30 馬留め広場

スケジュール

10:00～15:10

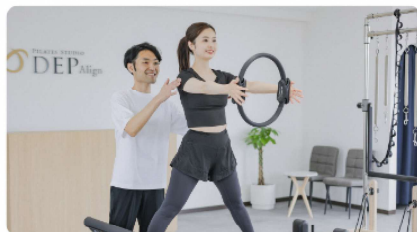
09:50～10:00	午前受付
10:00～11:30	SUP体験会
12:50～13:00	午後受付
13:00～14:20	SUP体験会
14:30～15:10	ピラティス



参加費 | 5,000円/人
支払い方法|現金払い

SUP体験+ピラティス

料金内訳：用品レンタル代・
講師料・保険料・レッスン代
※ピラティスは午後の部のみ
実施します。午前の部はSUP
体験のみ（5,000円）です。



申込はこちらから

QRコードから



<https://forms.gle/ifrsgT9ufQymrUE29>

ピラティス講師の紹介

菅原 拓夢 | Pilates Studio DEP 奥州店 Align代表
理学療法士の経験を活かし、ピラティスを通じて
心と身体の健康づくりをサポート。



インフォメーション

持ち物：濡れてもよい服装・着替え・タオル
※SUP用品・マット貸出あり
※悪天候時は前日までに連絡
※当日キャンセル料100%

主催：THE BLUE SUP

河川空間オープン化を目的とした社会実験として実施しています。

〒029-2208

岩手県陸前高田市広田町前花貝2-2

TEL : 080-1825-7443

MAIL : uetadenzel@gmail.com