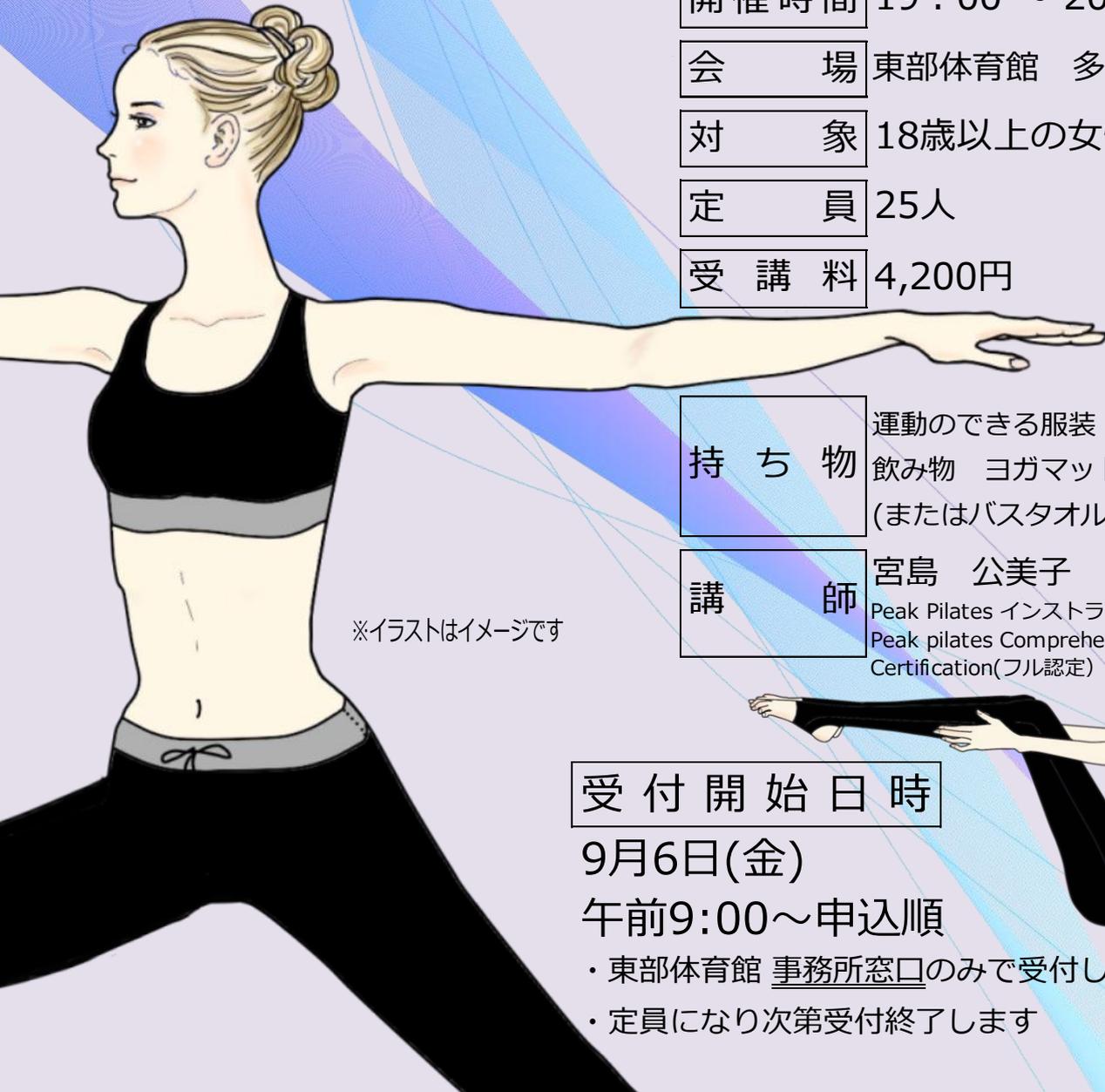


受講生募集

女性ピラティス 金曜コース

19:00~20:00

初心者から経験者まで
正しい骨格を意識しながら
体幹の筋肉を整えましょう



※イラストはイメージです

開催日	10/4・11・18 11/1・8・15 金曜日・全6回
開催時間	19:00 ~ 20:00
会場	東部体育館 多目的室
対象	18歳以上の女性
定員	25人
受講料	4,200円

持ち物	運動のできる服装 飲み物 ヨガマット (またはバスタオル)
講師	宮島 公美子 Peak Pilates インストラクター Peak pilates Comprehensive Certification(フル認定)

受付開始日時

9月6日(金)

午前9:00~申込順

- ・東部体育館 事務所窓口のみで受付します
- ・定員になり次第受付終了します

問い合わせ：東部体育館 TEL:054-264-8485

