

第1期 短期教室 受講生募集



公益財団法人
静岡市体育協会
<https://shizuoka-sports.or.jp/>

月曜ピラティスAM

11:15~12:15

正しい骨格を意識しながら体幹の筋肉を整えましょう



受付開始日時

※イラストはイメージです

4月20日(月) 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

※新型コロナウイルス感染防止のため定員数を変更しました

開催日	5/18・25・6/8・15 6/22・29・7/13・20 月曜日・全8回	対象	18歳以上の女性
開催時間	11:15~12:15	定員	12人 定員になり次第 受付終了します
会場	東部体育館 多目的室	受講料	5,600円
講師	MANAMI (BESJマットピラティスインストラクター)	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)

問い合わせ：東部体育館 TEL:054-264-8485

