

毎日の力になる

はじめての

ピラティス

体を労わりながら、疲れにくい身体を作ろう！

9月 2日・9日・30日(月)

13:30~14:30

全3回



場所 平沼集会所

定員 成人 先着15名

参加費 1,200円(3回分)

申込後1週間以内に持参

持ち物 ヨガマット(バスタオル可)

飲み物・動きやすい服装

申込み 8月11日(日) 10:30より

来館または電話にて受付

お問合せ:平沼集会所 ☎045-320-9608

開館時間 平日: 午前9時~午後9時

日祝日: 午前9時~午後5時

休館日 毎月第4月曜日・年末年始

