

# マットピラティス教室

正確な動きでインナーマッスルを鍛え、筋肉や骨格のバランスが整った身体をつくり、その正しい動きの癖をつけることで理想的な姿勢を保ちましょう

令和7年 1月7日～3月25日 全11回  
毎週火曜日 午前10時～11時

- 募集人数 : 1名 先着順  
受講料 : 8,000円 (全11回)  
受講料は、第1回目教室時に徴収します  
場 所 : 総合運動場 多目的室  
持 ち 物 : 動きやすい服装、タオル、飲み物、  
ヨガマット (お持ちの方)

<申込受付>

直接総合運動場受付窓口へ

詳しくは総合運動場事務室まで

吹田市立総合運動場 (〒565 - 0835 吹田市竹谷町37 - 1)

☎ 06 - 6386 - 5635

主催 吹田市体育協会・ミスノグループ