

NEW

2020年度

NEW

やさしいピラティス教室



講師：岡島めぐみ

ゆったりとした、やさしいピラティスです。
初めてでも、少し自信がなくても
ご安心ください。
安定した体幹を作り、しなやかな
筋肉を作りましょう！

2020年5月より新規開講教室★



対象 18歳以上の女性のかた

3ヶ月単位の教室

日程 毎週金曜日

時間 12:15~13:15

場所 武道館 会議室

定員 20名

参加費 8,030円（11回の場合）

注）一旦お支払い頂いた参加費は、いかなる理由があってもご返金できません

申込方法 武道館窓口までお越しください

尚、定員数になり次第、受付は終了とさせていただきます
体験受講後の申込み受付もおこなっております（体験料660円）

持ち物 動きやすい服装・汗拭きタオル・飲み物・ヨガマット(あれば)

注意事項 教室中の事故等につきましては、応急処置の他は主催者側において一切その責任を
負いかねますので、ご注意ください

お問合せ

箕面市立第一総合運動場

武道館

〒562-0005 箕面市新稻3-12-1

TEL: 721-7979 FAX: 724-4030