

椅子 de ピラティス(春)

のんびり・自分のペースで・誰でもできる



月曜日 全5回

4月	26	
5月	17	24
6月	7	21



時 間: ①9時20分~10時15分

②10時40分~11時35分

参加費: 2,500円(保険料込み)

講 師: 竹内奈津子先生

定 員: 各コース15人(多数抽選)

申し込み: 往復はがきに講座名(希望の時間帯も明記)〒・住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上送付、または返信用はがきを持って窓口へ

締切り: 3月28日(日)

※新型コロナウイルスの感染拡大防止の取組に伴い中止される場合がございます。
また申し込みが定員に満たないときも、開催を中止させていただく場合がございます。
予め、ご了承いただきますようお願い申し上げます。

公益社団法人
横浜市民施設協会

若草台地区センター

〒227-0045 青葉区若草台 20-5 TEL 961-0811



あつまる・つながる・笑顔になる