

地域の健康作り

## 木曜ピラティス(後期)



ボディバランスを整えて美しく!

日程 : 1/12 1/19 1/26 2/2 2/9 2/16  
3/2 3/9 (全8回) 木曜日

時間 : ①コース 午後12時30分 から 午後1時30分

②コース 午後1時45分 から 午後2時45分

参加費 : 2500円(保険料込み)

定員 : 各コース30人(多数抽選)

申込み : 往復はがきに講座名(①か②のどちらか)〒・住所・氏名・年齢

電話番号を明記の上送付、又は返信用はがきを持って窓口へ

木曜ピラティス(①か②のどちらか)に申し込まれる方は他の体操系の講座(後期)にお申込みできません。お申し込みいただけるのはひとつの講座だけです。

締切り : **12月20日(火)必着**

お問合せ: 若草台地区センター

〒227-0045 青葉区若草台20-5

☎961-0811

公益社団法人  
横浜市民施設協会



あつまる・つながる・笑顔になる

