

金曜ピラティス(後期)



ボディバランスを整えて美しく!

**日程 : 10/13 10/27 11/17 11/24 12/1 12/15
1/12 1/26 2/9 2/23 3/2 3/9 (金)全12回**

**時間 : Aコース(初心者・経験者混合):9時20分 から 10時20分
Bコース(経験者中心クラス):10時35分 から 11時35分**

経験者・・・ピラティスを10回以上受講したことがある方

参加費 : 3,500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(AかBのどちらか)〒・住所・^{しめい}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
(裏には何もかかないでください)**

締切り : 7月31日(月)必着

金曜ピラティス(AかB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。



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