

# 保育付き ピラティス(後期)



**ボディバランスを整えて美しく！**

当館で人気のピラティス講座の竹内先生がご指導くださいます。腰痛

肩こり解消に！体のバランスを整えて元気に子育てにのぞみましょう。

**日 程** : 10/2 10/16 10/30 11/6 11/20 (全5回)(月曜日)

**時 間** : 午前10時 ~ 午前11時

**対 象** : 6ヶ月以上のお子様と保護者

**参加費** : 5500円(保育料・保険料込み)

**定 員** : 20組(多数抽選)

**申込み** : 往復はがきに講座名・〒・住所・電話番号・お子様の名前

(フリガナ)と初回時の年齢(月齢も)・保護者氏名を明記の上送付

または、返信用はがきを持って窓口へ

**締切り** : **8月31日(木)必着**

**お問合せ**: 〒227-0045 横浜市青葉区若草台20-5

若草台地区センター TEL961-0811

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

