



令和5年度 まさきふれあい学園

* 受講生 追加募集のお知らせ *

美ボディピラティス講座



【曜日】 火曜日

呼吸に合わせてながら繊細な動きで身体の深い筋肉を鍛えていきます。
美しいボディラインと共に、心身ともに健康美を目指しましょう！！

♡ 講師 Mai Yoga Maiko ♡
(JYIA 日本ヨガインストラクター協会/ヨガ講師)

【日程】 7/18、7/25、8/1、8/22、8/29、9/5、9/12、

9/19、9/26、10/3、10/10、10/17、10/31

【時間】 11:00-11:45 【対象】 松前町在住または在勤の方

【場所】 松前町総合文化センター 2階 第2研修室

【受講料】 7,500円

【持参物】 ヨガマットもしくはバスタオル・水・動きやすい服装・タオル

【申込方法】 お電話いただくか、松前総合文化センター事務所窓口にてお申込みください。

《注意事項》

定員に達した時点で募集終了とさせていただきます。

自己都合の受講中止の返金はいたしません。あらかじめご了承ください。

お問い合わせ先: 松前総合文化センター ☎ : 089-985-1313

