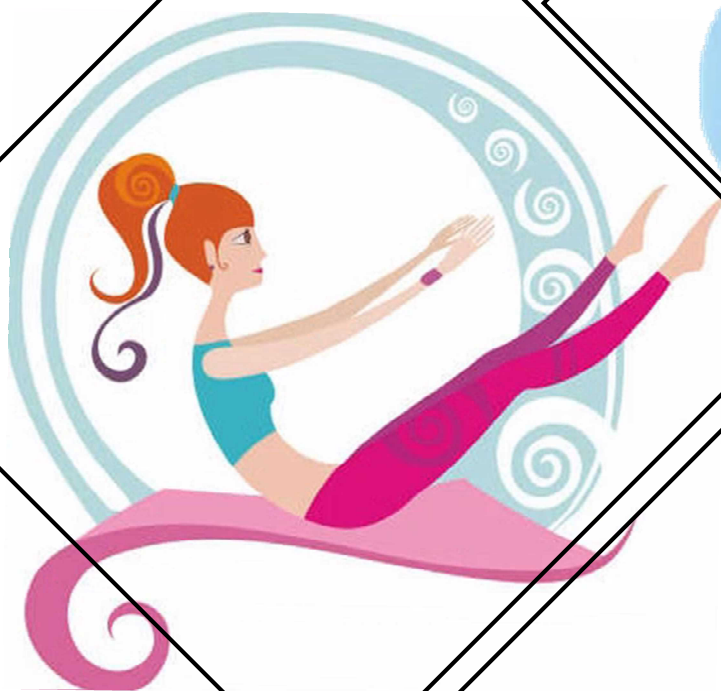


ピラティスで 美しく健康になろう

楽しみながら無理なく続けるボディメイク

日 時 ①5月8日(木)19時~20時

②5月12日(月)19時~20時 ※1回のみの参加も可

場 所 上庄公民館

参加費 無料

持ち物 飲み物・タオル・ヨガマット(貸し出しできます)

講 師 森下巧人さん

定 員 各回15名

申し込み先 上庄公民館(64-1200)かQRコード

締 切 定員に達し次第

