

美ボディ

ピラティス

体幹を鍛えてゆがみのないバランスのとれた体作りをします。
身体を引き締め美しいボディラインを作りましょう♪

木曜日 A 9:20～10:20

B 10:30～11:30

全8回 4/10・24、5/8・22

6/12・26、7/10・24

参加費：3200円

定員：各20名(初心者優先)

申込方法：往復はがき、またはセンターの申込用紙に
返信ハガキを添えて受付まで

①教室名AまたはB ②氏名 ③住所 ④電話番号

⑤前回参加の有無 必ず記入

※返信用はがきに宛名記入

宛先 245-0007 桂坂4-1 中川地区センター

申込み期間 3/11～3/20必着