

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 8/14・28、9/11・25、10/9・23
11/13・27

参加費:3200円

定員:各20名

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
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 7/11～7/20必着