

PILATES



インナーマッスルを鍛えて
健康な身体づくりを目指しましょう！



参加費
500円

※引き続き栄養講座も
受ける方は1,300円の
ところ1,000円！

※年齢制限がございます



日時 3月20日(木・祝) 9:30-10:30

会場 神戸市立須磨体育館 体育室

講師 東 美香

対象 16歳以上 ※定員20名

持ち物 動きやすい服装・飲み物・タオル

申込：3/8(土)～

お電話または窓口で
神戸市立須磨体育館

☎ (078) 734-5588

兵庫県神戸市須磨区中島町1-2-2

