

ピラティス
Pilates

9:30~10:15

インナーマッスルを鍛えましょう！

対象：16歳以上

定員：20名（先着順）

参加費：500円



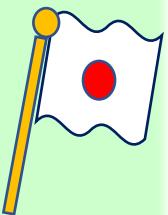
2講座続けて受講する場合、
1,000円のところ
800円で受講可能！！

1月12日

(月・祝)

祝日イベント

えいようがく
栄養学



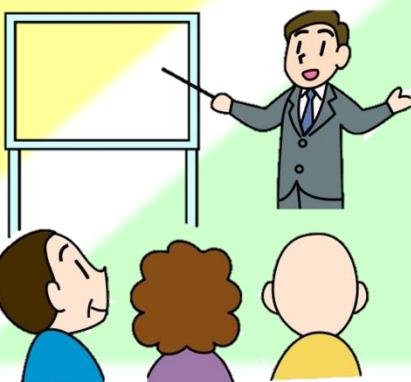
10:30~11:15

免疫力を高める栄養講座

対象：16歳以上

定員：20名（先着順）

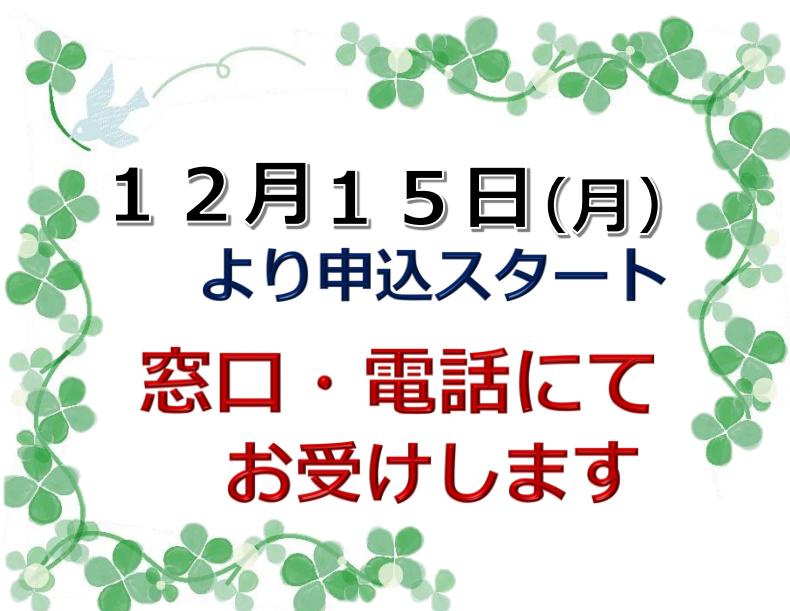
参加費：500円



12月15日(月)

より申込スタート

窓口・電話にて
お受けします



連絡先

神戸市立須磨体育館

〒654-0035

神戸市須磨区

中島町 1-2-2

☎078-734-5588