

美ボディ・ピラティス（全12回）

骨盤ストレッチで歪みを矯正、
ピラティスでインナーマッスル
を鍛えましょう



日時

4月11日（水）～9月26日（水）

毎月第2・4水曜日 10:00～11:00

場所

洋光台第三小学校コミュニティハウス研修室

定員

一般10人

参加費

6,000円（初回に一括で）

持ち物

バスタオル、汗拭きタオル、水

申込み

3月18日より電話で



申込み・お問合せ先

TEL: 045-832-8331

受付時間：9:00～21:00（休館・火金）

洋光台第三小学校コミュニティハウス

〒235-0045 横浜市磯子区洋光台 2-4-1