

令和4年度 第2期



おこさま連れ



ピラティス
Pilates 教室



【対象】

3歳以下のお子さまと
そのお父さんお母さん

【日程】

6/16(木)
6/22(水)
6/30(木)
7/6(水)
7/13(水)
10:00~
11:00

【定員】
20組
(40名)

【参加料】
4,400円/組
(保険料込)

お申し込み

お問い合わせ

【内容】

体幹や正しい姿勢を
意識しながらのゆっくり
とした動きと呼吸により、
姿勢改善・体の
ゆがみを補正する
エクササイズです。

【申込方法】

令和4年5月19日(木)
10:00から先着順に
電話受付

申込用紙記入と参加料の
お支払いは
6月6日(月)までに
お願い致します。
※定員になり次第
受付終了

【講師】

神田 容識美 先生



盛岡タカヤアリーナ
(盛岡市総合アリーナ)



019-658-1212