

骨盤調整ストレッチ (午後) ~ペルヴィス®~



骨盤（ペルヴィス）をバランスの取れた位置に調整することで、カラダとココロのバランスを整え、内面からの美しさをサポートします。

● 講師 **halひより** 派遣講師

● 定員 **30名**

● 受講料 **5,500円**

・空きのある場合は、定員になるまで事務所にて申込を受付けます。

● 申込日 **令和6年3月13日(水)**
14:30~14:45

※14:30~14:45に整理券を配布、
14:45から説明開始

※お電話での予約・申込みは出来ません。

※申込み当日に来られない方は、往復はがきでの仮申し込みが可能です。(3/12必着)

・抽選になった場合は、当日会場にいらした方が優先になります。

開催日 全10回(水曜日 13:30~14:30)

① 4月 10日	② 4月 17日	③ 4月 24日	④ 5月 1日	⑤ 5月 8日
⑥ 5月 15日	⑦ 5月 22日	⑧ 5月 29日	⑨ 6月 5日	⑩ 6月 12日

一宮スポーツ文化センター

Tel 0586-24-1881

<https://www.supobun.or.jp>

