

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**

●申込日 **令和6年9月11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

【申込について】

※お電話での予約・申込はできません。

※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。

※当日会場に来られない方は往復はがき、またはHP教室ガイドから仮申し込みができます。

(9/10必着)

★申込後、空きのある場合は、定員になるまで窓口、または教室ガイドにて受付けます。

開催日 全10回(水曜日 13:30~14:30)

①10月 9日	②10月 16日	③10月 23日	④10月 30日	⑤11月 6日
⑥11月 13日	⑦11月 20日	⑧11月 27日	⑨12月 4日	⑩12月 11日

一宮スポーツ文化センター

TEL: 0586-24-1881

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

