



友愛の家 単発講座

ピラティス

- 講 師 杉浦 京子 氏
- 日 時 **3月29日(金)**
18時から20時まで
- 場 所 多目的室
※お部屋は変更になる場合があります。
- 対 象 高校生以上(支援者可)
- 定 員 10名(先着順)
- 受 講 料 50円
- 持 ち 物 ヨガマット、動きやすい服装、
汗拭きタオル、水分補給用の飲み物
- 申込開始日 **3月1日(金)** 9時から
窓口、電話、FAX、E-mailで受付開始
- 申込締切日 当日まで

