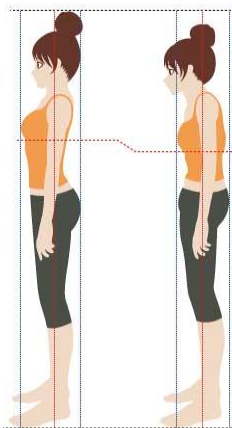
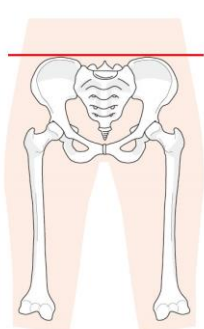
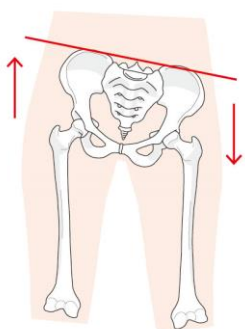


# 美しい姿勢 になる

# らくらく骨盤体操講座



講師 山本 知加子



※写真・画像はイメージです。

骨盤の歪みは放っておくと、  
下半身太りやむくみ、腰痛、頭痛等の原因になってしまいます。  
骨盤の位置を整えてあなたの理想的な体を手に入れてみませんか？

◆ 開 講 日 時 : 2022年4月12日(火) からスタート

第2火曜日 【月1回】

13:00~15:00

◆ 定 員 / 対 象 : 20名(先着順) / 一般

◆ 受 講 料 : 850円/1回(教材費込)

◆ 持 ち 物 : ヨガマットまたはバスタオル、動きやすい服装、飲み物

◆ キャンセル料 : なし

◆ 受 付 ・ 申 込 : 直接引佐多目的研修センター窓口、またはFAX・メールにて

下記の受講申込書の必要事項をご記入の上、お申込み下さい。

※持病をお持ちで不安な方は職員にお申し付けください。

※受講者の肖像(講座風景、発表会などの写真や映像)を広告・ホームページ・SNS等に掲載することがございます。

引佐多目的研修センター 浜松市北区引佐町井伊谷248番地186  
☎053-542-0250 FAX:053-542-0251  
メール:inasatamoku@birukan.com  
主催:浜松市引佐多目的研修センター(指定管理者 東海ビル管理株式会社)

メールで簡単申込



QRコードを読み込むと  
メールアドレスが出てき  
ます。

キリトリ

『2022年4月~らくらく骨盤体操講座』受講申込書

年 月 日

フリガナ  
受講者氏名:

男・女

年齢:

電話番号:

緊急連絡先:

住所: