

ケガや不調を抱える人のリハビリのために考案されたエクササイズで良い姿勢づくりからはじめます。

ピラティス体験会

○場 所：猪名川町スポーツセンター 多目的室

○参加費：**無料**

○対 象：中学生以上

○定 員：各20名 ※電話予約可

○持ち物：動きやすい服装・タオル・飲料



お気軽に
ご連絡ください

11 / 10 (日)

11 / 1 (金)
受付開始

🕒 1部 9:30~10:40

🕒 2部 11:10~12:20

※1部・2部連続での受講はご遠慮ください。

《予約・お問い合わせ》

猪名川町スポーツセンター 猪名川町万善字十貫25-1

☎072-768-2277