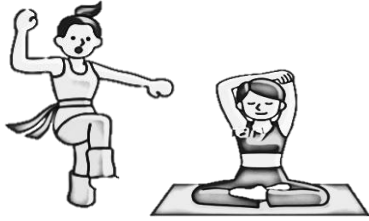


☆サルスースポーツ教室☆



園田体育館で！

☆春から始まる新規教室☆

3月8日(土)
から受付開始！

平成26年4月4日(金)～スタート

リズム&ピラティス

受講料:3,290円(1ヶ月度4回分)

◆ ◆ ◆ ピラティスってどんなエクササイズ?? ◆ ◆ ◆

深層筋(インナーマッスル)を鍛え、
背骨の流動性を高める！

姿勢改善して、コリなどを緩和！

太りにくい体質へ！

細かな筋肉を動かすことで身体の
バランスを整える！

☆興味をお持ちになられた方は、
無料体験教室を開催しますので、是非ご参加ください！☆

無 料 体 験 教 室

園田体育館第270アにて開催

3月14日(金)

10:00~11:00

定員 30人

2月7日(金) 午前9時から
体育館窓口又は電話で
お申込みください!!



(公財) 尼崎市スポーツ振興事業団

園田体育館

(TEL)06-6492-5286

受付時間【火~土】9:00~21:00【日・祝】9:00~17:15【月】15:45~19:15