男山レクリエーションセンター

2027年1月 NEW!

ストレッチピラティス教室

を開講します！



姿勢の改善

体幹強化

リフレッシュ＆ストレス解消

開催日 2027年1月13日(水)～
2027年3月31日(水)

毎週水曜日開催　計12回

時　間 9:30～10:45

開催場所 男山レクリエーションセンター内
ミーティングルーム

募集人数 15名 ※参加者が少数の場合は、開催できない場合がございます。

会　費 7,200円

講　師 島田 志穂 先生

- RYT200修了
- シニアヨガTT
- アーユルヴェーディクヨガTT



申込み締め切り日は、2026年12月20日(日)とさせて戴きます。

申込み

お電話または窓口にて受け付けております。

電話番号 (075) 983-1611