

★男性限定8回講座★



メンズヨガ

からだもこころも健康なシニアライフのために

日時：H29～H30

12/11,25 ・ 1/8,22 ・ 2/12,26 ・ 3/12,26

毎回 月曜日 8回

14:45～15:45

講師：^{キム}金 ^{ヒョンスク}香淑さん

多方面で大人気のピラティス
インストラクターです。

対象：成人男性

定員：先着 13名

参加費：2,700円（保険料含む）

持ち物：マットをお持ちの方は持参
フェイスタオル・飲み物

***お申込み・お問い合わせ**

11月30日（木）午前9時より受付カウンターもしくはお電話にて先着順で受付。

横浜市白幡地区センター 電話 045-430-3050

〒221-0075 横浜市神奈川区白幡上町 44-12

メールマガジン登録 QRコード

●白幡地区センターホームページ <http://shirahata-cc.com>



*お申込みの際にいただいた個人情報はイベント開催以外の利用や第三者に提供する事はありません。