

# 骨盤調整ストレッチ (午後) ~ペルヴィス®~



骨盤（ペルヴィス）をバランスの取れた位置に調整することで、カラダとココロのバランスを整え、内面からの美しさをサポートします。

● 講師 *halひより* 派遣講師

● 定員 30名

● 受講料 5,500円

・空きのある場合は、定員になるまで事務所にて申込を受付けます。

● 申込日 令和5年**6月14日(水)**  
**14:15~14:30**

※14:15~14:30に整理券を配布、  
14:30から説明開始

※お電話での予約・申込みは出来ません。

※申込み当日に来られない方は、往復はがきでの仮申し込みが可能です。(6/13必着)

・抽選になった場合は、当日会場にいらした方が優先になります。

開催日 全10回(水曜日 13:15~14:15)

① 7月 5日	② 7月12日	③ 7月19日	④ 7月26日	⑤ 8月 2日
⑥ 8月 9日	⑦ 8月23日	⑧ 8月30日	⑧ 9月 6日	⑩ 9月13日

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室を変更・中止する場合があります。最新の情報はホームページをご覧ください。か、お電話にてお問い合わせください。

一宮スポーツ文化センター

Tel 0586-24-1881

<https://www.supobun.or.jp>

