

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9月13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。(9/12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 10月 4日	② 10月11日	③ 10月18日	④ 10月25日	⑤ 11月 1日
⑥ 11月 8日	⑦ 11月15日	⑧ 11月22日	⑨ 11月29日	⑩ 12月 6日

一宮スポーツ文化センター

Tel 0586-24-1881

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

