

☆☆好評につき追加募集中☆☆

ダンス&ストレッチ教室

ストレッチで身体をリラックス

骨盤矯正やシェイプアップ
で身体の内側から美しく

バレエの基礎を取り入れた
エクササイズで美しい姿勢も

開催日

毎週火曜日 13:00~14:00 (月3回・3ヵ月9回)

10月	2日・16日・23日	1月	8日・15日・22日
11月	6日・13日・20日	2月	5日・12日・19日
12月	4日・11日・18日	3月	5日・12日・19日

場所

阿倍野区民センター 1階 集会室1

受講料

6,300円 (9回分・1回700円)

※一度いただいた受講料は返金できません

定員

20名 (申込順)

※下部の申込用紙を区民センター事務室までご提出ください

持ち物

動きやすい服装、タオル、水分補給のドリンク、
底の薄い靴 (バレエシューズ等) 裸足・ソックスでも構いません

大阪市立
阿倍野区民センター

〒545-0052
大阪市阿倍野区阿倍野筋4-19-118
TEL : 06-4398-9877
URL : <http://abeno-cc.net/>

阿倍野区民センター
ホームページURL

