

# ☆☆2019年度 新規受講生募集☆☆

## 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)

4月	9日・16日・23日	7月	2日・9日・16日
5月	7日・14日・21日	8月	6日・20日・27日
6月	4日・11日・18日	9月	10日・17日・24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)

※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

