

もも通信

阿倍野区民センター講座のご案内

エンジョイバレエストレッチ教室

バレエストレッチとは、バレエの要素を取り入れたストレッチのこと。姿勢を意識した動きによって、姿勢の改善・基礎代謝や筋力アップ・柔軟性を高めて転倒やケガを予防などたくさんのうれしい効果があります。



ヨガ教室			美人姿勢エクササイズ教室		
開催日	開催日	時間/場所	開催日	開催日	時間/場所
開催：木曜日	4月 3日・10日・24日	午前：10：00～11：30	開催：火曜日	4月 1日・8日・15日	13：00～14：00
受講料	5月 8日・15日・22日	午後：13：00～14：30	受講料	5月 13日・20日・27日	場所：集会室1（1階）
3,300円(1ヶ月分)	6月 12日・19日・26日	場所：集会室1（1階）	2,700円(1ヶ月分)	6月 10日・17日・24日	(女性のみ参加いただけます)
ナイトヨガ教室			エンジョイバレエストレッチ教室		
開催日	開催日	時間/場所	開催日	開催日	時間/場所
開催：金曜日	4月 4日・11日・25日	19：00～20：30	開催：火曜日	4月 1日・8日・15日	14：15～15：15
受講料	5月 9日・16日・23日	場所：集会室1（1階）	受講料	5月 13日・20日・27日	場所：集会室1（1階）
3,300円(1ヶ月分)	6月 13日・20日・27日		2,700円(1ヶ月分)	6月 10日・17日・24日	(女性のみ参加いただけます)
ピラティス教室					
開催日	開催日	時間/場所			
開催：水曜日	4月 16日・23日・30日	14：00～15：00			
受講料	5月 7日・14日・21日	場所：集会室1（1階）			
3,000円(1ヶ月分)	6月 11日・18日・25日	(女性のみ参加いただけます)			

※受講料は月初1回目の授業終了後に事務所でお支払いください。入金頂いた受講料は返金できません。

# 第七回 阿倍野区民寄席

日時: 5月25日 日曜日

出演: 笑福亭生寿(2席)

笑福亭呂翔(開口一番) 漫才 W 刑事

開場 13:30 開演 14:00 終演 16:00 (予定)

料金 1500円/場所:阿倍野区民センター集会室1(1階)



## あべのコミュニティシネマ

2025. 4. 11(Fri) 阿倍野区民センター 小ホール(地下1階)



ナイアガラ・・・有名なあの魅惑の”モンローウォーク”を初披露し、モンローの名を強く印象づけた彼女の代表的作品。

① 10:30~12:00 ② 15:40~17:10

イヴの総て・・・ブロードウェイの裏側を見事に活写したベティ・デイヴィス主演の映画史に残る傑作。

① 12:50~15:08 ② 17:40~19:58

	1作品	2作品
会員価格	800円	1300円
当日(一般)	900円	1400円

## 定期点検に伴う臨時休館日

当区民センターでは設備の定期点検を行うため、右記の日程は臨時休館日とさせていただきます。休館日は窓口及び電話受付業務は行っておりません。

また半年先予約の抽選会は翌開館日に行います。

お客様には大変ご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解ご協力の程よろしくお願いたします。

休館予定日

5月12日(月)

■発行 大阪市立 阿倍野区民センター

■住所 〒545-0021 大阪市阿倍野区阿倍野筋 4-19-118

■お問合せ先 TEL:06-4398-9877 FAX:06-4398-9878

■ホームページ <http://abeno-cc.net/>

■開館時間 9:30~21:30

■休館日 12月29~1月3日 及び 臨時休館日