

悩んでいませんか?ちょっとモレ!

参加
無料

予防に!改善に!

骨盤底筋体操

毎日習慣で
快適LIFE!

10/21 土曜
12:00~13:00

年齢・性別
問わず必見!



場所：3階第2研修室

対象：18歳以上どなたでも

定員：15名（先着順）

講師：金築 祐弥
(シンコースポーツ兵庫(株))

申込方法：体育館受付窓口
または電話にて

申し込みはこちら

芦屋市立体育館・青少年センター

指定管理者：S&Nスポーツマネジメント芦屋

芦屋市川西町15-3 TEL：0797 - 31 - 8228

