

セルフケア

&

リフレッシュ

体験会

ストレスの毎日…
ココロとカラダ
スッキリ解消!

9月16日(金)
9:10-10:10

参加費◆500円

場所◇1階柔道場

定員◇15名

対象◇18歳以上どなたでも

講師◇南 巳沙貴

持ち物◇動きやすい服装

申込◇受付窓口またはお電話にて

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 TEL0797-31-8228

