



骨盤体操

骨盤体操をすることにより、体の歪みの改善や成人病予防など、毎日の快適な暮らしを送るための健康づくりに役立てる。

★日 時：9月4日・11日・18日(毎金曜日 全3回)

19:00～21:00

★場 所：植木文化センター 多目的ホール

★対象者：20歳以上の方 20人

★講 師：富田裕美 先生
(B-Smileより)

★参加費：無 料

申込締め切り
8月21日(金)



pinxa.jp - 23745579

※応募者多数の場合は、抽選となります。

※受講に際し、公民館で配慮が必要な場合には、遠慮なくご相談ください。

申 込 方 法

① 文化センター窓口

63円の郵便はがき一人1枚ご持参ください。

(表面に、申込者の住所・氏名を記入)

② 往復はがき(締切日必着)(126円)

返信表面：住所・氏名

往信裏面：講座名・住所・氏名・年代・性別・電話番号

③ インターネット

熊本市HP→「植木公民館」で検索→「主催講座案内」から申込み

申込み及び問合せ先

植木まちづくりセンター・植木公民館 (植木文化センター内)

〒861-0136

熊本市北区植木町岩野238-1

TEL (096) 272-6906