

令和7年度市民学園講座 託見付き 子育て応援講座

美姿勢・ひきしめ

ピラティス

9/17(水)
受付開始

[開催日時]

10/15(水)
10:00 ~ 11:00

[開催場所]

生涯学習センター
4階 和室

[講師]

ピラティスインストラクター
米木 萌 氏

[費用]

受講料 270円

[持ち物]

ヨガマット・飲み物・
筆記用具

※ヨガマットがない方には
銀マットを無料で貸出します

[対象者・定員]

未就学児をお持ちの市内在住者
20名(先着順)

※開催日1週間前に空きがあれば
市内在住者はどなたでも受講可能

託見無料

2階ちびっこルームにて
1歳から4歳をお預かりします

お申し込み・お問い合わせ

(〒085-0836 釧路市幣舞町4番28号 釧路市生涯学習センター内)

TEL 0154-41-8181 8:50 ~ 20:30

(月曜休館)

<http://www.kushiro-bunka.or.jp/manabo/>

一般財団法人 釧路市民文化振興財団

釧路市生涯学習センター
Kushiro Lifelong Learning Center

まなほと 幣舞
MANABOTTO NUJAMAI