

悩んでいませんか?ちょっとモレ!

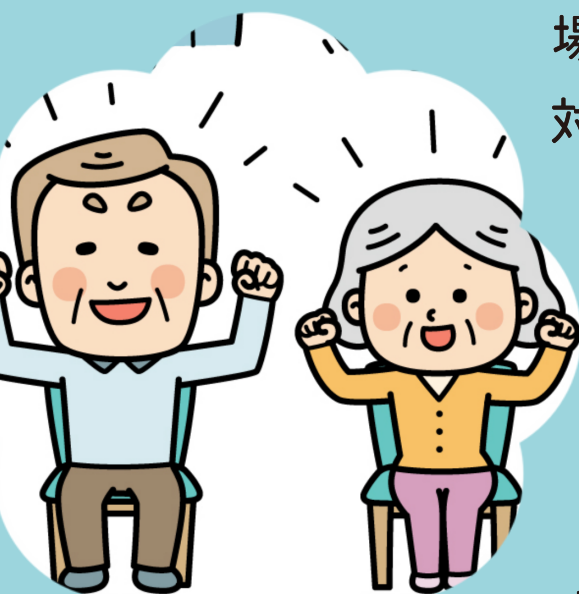
＼ 予防に!改善に! /

骨盤底筋体操

毎日習慣で
快適LIFE!

2/18 日曜
10:00~11:30

年齢・性別
問わず必見!



場所：第一体育室

対象：18歳以上どなたでも

参加費：500円

定員：20名（先着順）

講師：金築 祐弥

(シンコースポーツ兵庫(株))

骨盤底筋エクササイズ

PFILATES™インストラクター

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

神戸市立中央体育館

指定管理者：S&Nスポーツマネジメント神戸

神戸市中央区楠町4-1-1

TEL：078 - 341 - 7971