

無料運動講座 受講生募集

ストレッチポールひめトレ

どんな運動? ストレッチポールひめトレを使い、骨盤にアプローチする簡単なエクササイズです。

開催日: 5月20日(火)

参加料: 無料 ※参加には、申込みが必要です。

時間: 14時00分~15時00分 **定員:** 15名

場所: 八幡温泉保養館 第2会議室

対象: 16歳以上(お子様連れ、お連れ様の見学などは不可)

準備: 運動ができる服装・水分補給の用意をお願いします。

申込方法: マリンピア管理事務所にて**直接申込み**を行ってください。

受付時間: 10時00分~17時00分 **■5月12日(月)は休館日**

申込締切 5月14日(水) **(先着順)** **※定員になり次第締め切ります**