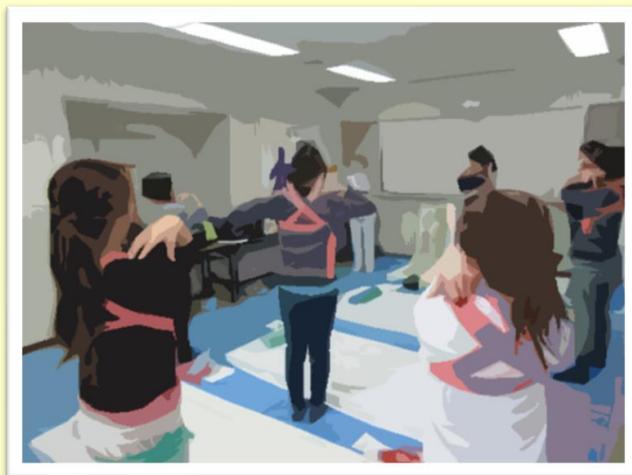
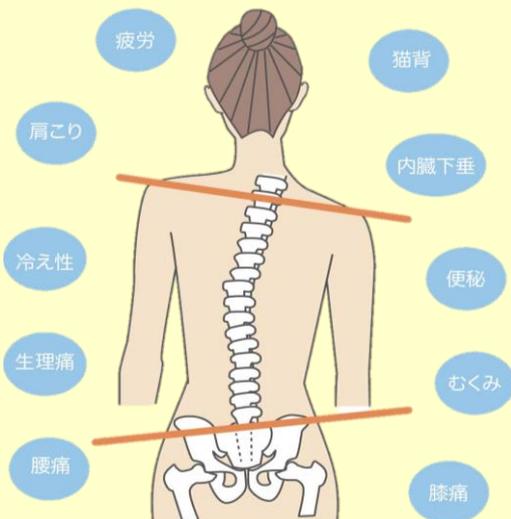


# らくらく骨盤体操講座



講師 松下 里美



骨盤の歪みは放っておくと、  
下半身太りやむくみ、腰痛、頭痛等の原因になってしまいます。  
骨盤の位置を整えてあなたの理想的な体を手に入れてみませんか？

※写真・画像はイメージです。

- ◆ 開 講 日 時 : 2025年4月8日(火) からスタート  
第2火曜日 【月1回】  
13:00~15:00

体験受付中  
**¥850/1回**  
※見学は無料

- ◆ 定 員 / 対 象 : 20名(先着順) / 一般
- ◆ 受 講 料 : 850円/1回(教材費込)
- ◆ 持 ち 物 : ヨガマットまたはバスタオル、動きやすい服装、飲み物
- ◆ キャンセル料 : なし
- ◆ 受 付 ・ 申 込 : 直接引佐多目的研修センター窓口、またはFAX・メールにて

下記の受講申込書の必要事項をご記入の上、お申込み下さい。

※持病をお持ちで不安な方は職員にお申し付けください。

※受講者の肖像(講座風景、発表会などの写真や映像)を広告・ホームページ・SNS等に掲載することがございます。

引佐多目的研修センター 浜松市浜名区引佐町井伊谷248番地186  
 ☎053-542-0250 FAX:053-542-0251  
 メール: inasatamoku@birukan.com  
 主 催 : 浜松市引佐多目的研修センター(指定管理者 東海ビル管理株式会社)

### スマホで簡単申込



QRコードを読み込む  
とお申し込み入力画面  
が出てきます。

キリトリ

### 『2025年4月~らくらく骨盤体操講座』受講申込書

年 月 日

フリガナ  
受講者氏名 : \_\_\_\_\_ 男・女 \_\_\_\_\_

年 齢 : \_\_\_\_\_

電 話 番 号 : \_\_\_\_\_

緊 急 連 絡 先 : \_\_\_\_\_

住 所 : \_\_\_\_\_