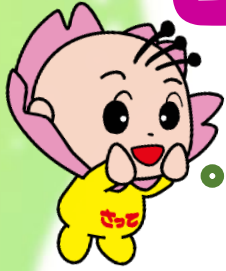


令和8年度 幸手市公民館事業

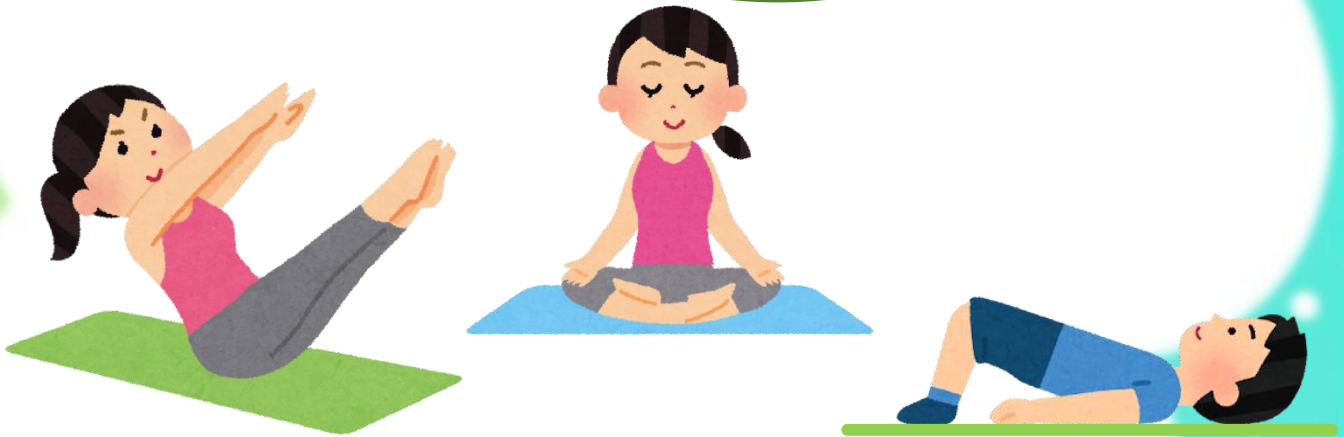


ピラティス講座



幸手市のマスコット
さっちゃん

ピラティスで心と体を上手に
コントロールしませんか！



期 日 令和8年6月11日(木)、18日(木)、25日(木)

午後1時30分～午後3時(全3回)

場 所 幸手市東公民館 会議室・講座室

講 師 ほしの るみこ 星野 留美子 氏 (FTPベーシックマットピラティスインストラクター)

定 員 15人(申し込み順)

対 象 市内在住・在勤・在学の人

参加費 200円 ※ 講座初日に集金します。

持ち物 運動のできる服装、運動靴、飲み物、バスタオル、
ヨガマット(持っている人)

申込み 5月8日(金)～26日(火) 受付時間:午前9時～午後5時
受付:東公民館(電話または窓口へ)

東公民館 48-0013