

～身体の軸を強化し、疲れにくい身体に～

ピラティス教室

初めての方でもできるメニューです
お一人でもグループでの参加も、大歓迎です

日 程 : 平成 30 年 6 月 24 日(日)
時 間 : 午前 10 時 00 分～12 時 00 分
場 所 : 3 番街 2 号棟トミタワー集会室

対 象 : 区内在住・在勤・在学の方

参加費 : 無料
※傷害保険は主催者で加入します

持ち物 : ヨガマット (あれば)、動きやすい服装
※汗ふきタオルと水は各自ご持参ください

申込み : 少人数限定の為、事前にお申込みください
※申込みは、お問い合わせ先の港区スポーツ推進委員の桂までお願いします

その他 : 集中して出来るよう、見守りが必要な小さなお子様を連れてのご参加
は極力ご遠慮いただけますよう、お願いいたします

主 催 : 港区教育委員会
主 管 : 港区スポーツ推進委員協議会

港区公式ホームページ
QRコード →
スポーツ教室の情報を
見ることができます。



【お問い合わせ】
港区スポーツ推進委員
松島 090 - 7009 - 8336
桂 080 - 3772 - 3020
※お申し込みは桂まで
電話 (出ない場合は留守電) もしくは
メールでお願い致します
(mune.katsura@gmail.com)

【事業に関する問い合わせ】
港区教育委員会事務局生涯学習スポーツ振興課
スポーツ振興係 : 3 5 7 8 - 2 7 4 7

