

※ワンコイン企画※

# ストレッチボール & ピラティス

講 師 : REVサークル主宰 YOSHIE先生

日 時 : 3月7日(土)  
10:00~11:00

場 所 : 総合武道館 会議室  
千歳市あずさ1丁目3番1号

定 員 : 12名

参加料 : 500円



当日持参するもの : 運動できる服装  
タオル、飲み物

ストレッチボールをお持ちの方はご持参ください。  
お持ちでない方は武道館にもご用意しております(数に限りあり)

## 【要予約】

武道館受付またはお電話にて事前予約をお願いいたします。  
定員になり次第受付終了となります。