

令和7年度市民教室

身体すっきりピラティス

骨へ直接ついている筋肉を使い、
骨格の歪み・縮みを引きのばし、すっきり整えます。

講師

えみ 先生



【開催事項】

日 程：10月29日～12月3日（毎週水曜・全5回）

※11月19日を除く

時 間：午後2時 ～ 4時 （2時間）

場 所：社会教育総合センター 第1・2研修室

対 象：市内に在住または在勤の人

定 員：20名（超えた場合は抽選）

参加費：無料

持参品：ヨガマット、フェイスタオル（横80cm程度）、飲料水

【申し込み方法】

右の2次元コードからのネット申込、または
生涯学習課へ電話で申し込みください。

募集期間：10/1（水）～10/7（火）

※電話は平日9時～17時のみの対応とさせていただきます。



連絡先

Tel：0276-22-3442

〒373-0025 太田市熊野町23-19

太田市社会教育総合センター 生涯学習課