

10月

ウイメンズプラザの講座案内

講座名	日程	時間	定員	講師	受講料・テキスト代・材料代など
①ピラティス講座（後期） 胸式呼吸を用いたストレッチを中心とした動きで体の奥の筋肉をしなやかに丈夫に鍛え、美しい姿勢や体型を維持するための講座	12月～3月 火曜 全10回 （初回 12/9）	13:30 ～14:30	15人	佐伯 美穂	受講料 ￥3,000 （保険料込）



【前期講座の様子】
ホームページからも講座報告を確認いただけます



- ※ 受講申込者数が定員を超えた場合、同一種別講座の受講歴がある方は、抽選対象から外れることがあります。
また、定員に満たない場合、開講できないことがあります。ご了承ください。
- ※ 受講可否について、申込締切日から10日前後で、“返信はがき”または“メール”でご連絡します。
（注）メールでお申込みの方で、受講可否のメールが届かない方は、必ずウイメンズプラザまでご連絡ください。
- ※ 気象状況、警報発令などにより、臨時休講となる場合があります。



申込方法

往復はがきまたはWebからお申込みください

【往復はがき】

講座名・住所・氏名（フリガナ）・年令・電話番号・返信用住所をご記入の上、ウイメンズプラザまでお送りください。

【ウェブサイト】

ウイメンズプラザホームページまたはQRコードからお申込みください。



申し込み
フォーム



主催

新居浜市立女性総合センター
（新居浜ウイメンズプラザ）

〒792-0811

新居浜市庄内町4-4-19

TEL: 0897-37-1700

ホーム
ページ

