

女性限定！

家事や育児で疲れにくい身体を作りましょう！

時間がなくても大丈夫。

身体の使い方を工夫するだけ♪

宮崎市佐土原体育館 美構造®身体の使い方教室

2019.12.4 wed

10:00 ~ 11:30

(受付 9:30 ~)



講師	したむら ゆか氏 (美構造®開脚システム認定インストラクター)
場所	宮崎市佐土原体育館 会議室
定員	10名(女性限定)
参加費	1人500円
準備品	裸足になれる動きやすい服装、タオル、飲み物、シューズ
申込締切	12月3日(火) ※定員になり次第締切

お気軽に
ご参加ください♪

電話・FAX・E-mail のいずれかにて下記の宛先までお申込みください。

佐土原体育館 管理事務所 〒880-0211 宮崎市佐土原町下田島 20688-74

TEL 0985-73-7223 FAX 0985-75-0155 E-mail sad-sports@mppf.or.jp

美構造®身体の使い方教室 申込用紙

ふりがな 氏名	年齢	連絡先(TEL)
住所		
ふりがな 氏名	年齢	連絡先(TEL)
住所		