

子育てに関わっている方向け

佐土原体育館

美構造®身体の使い方教室

平成30年11月22日(木) 10:00～12:00(受付9:30～)



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♪



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組(子育てに関わっている方ならどなたでも)
参加費	1組 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	11月21日(水)

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

HP <http://mppf.or.jp/>

美構造®身体の使い方教室 申込用紙

ふりがな 保護者/代表者 氏名	年齢	連絡先(TEL)
住所		
ふりがな お子様/参加者 氏名	年齢	連絡先(TEL)
住所		