

【ピラティス講座】

講師：崩中 和貴さん(ファンクショナルローラーピラティスアドバンスインストラクター・作業療法士)

日時：7/8（水）10：00～11：30

7/12（日）10：00～11：30/13:30～15:30

場所：文化体育館 2階 コミュニティルーム3

内容：フォームローラーを使った初心者向けのピラティスを実施

参加：8日：15人 ・ 12日：14人/14人

（ 講 座 の 様 子 ）

