



美容☆ミック講習会

ラテンリズムダンス&ヨガ 整体ストレッチ

- ☆ 怪我をしない身体づくり！
- ☆ 10歳の若返りを目指す！！
- ☆ 一生歩ける健康で美しく！
- ☆ 心が元気に楽しくダンス
- ☆ 骨盤矯正・体幹UP！！
- ☆ 美容トレーニング

大人の女性向けの講座です♪
幸せなひとときを・・・♪



〔持ち物〕

- ・室内用シューズ
- ・飲物
- ・タオル



- ✓ 講師：日向 由美子
- ✓ 時間：火曜 10：30-11：30
- ✓ 参加費用：9,000円（全12回）
- ✓ 場所：大淀コミュニティセンター

お問合せ 大淀コミュニティセンター

TEL 06-6372-0213