

# 骨盤体操




1. 日時 令和8年6月17日, 24日, 7月1日, 8日  
水曜日 全4回 午後7時~9時
2. 場所 富合公民館 軽運動室
3. 講師 B-Smile 講師
4. 対象 どなたでも 定員 15名
5. 締切日 6月9日(火) (応募多数の場合は抽選)

参加費  
無料

※ 動きやすい服装, ヨガマットまたは大きめのバスタオル,

水分補給用飲み物などをご持参ください

## ★申込の方法★

- ・ パソコン, スマホ…富合公民館ホームページまたは二次元コードから 
- ・ 往復はがき…往復はがきの裏面に講座名と住所・氏名・年代・電話番号を記入。返信はがきには申込者の方の宛先を記入し, 裏面は, 何も書かないでお送りください。
- ・ 窓口へ来館…返信用官製はがきをご持参ください。



申込先・お問い合わせ 富合公民館

〒861-4151 熊本市南区富合町清藤 400 TEL357-4580