

-芽室町中央公民館講座参加者募集-

9月19日午前9時から募集開始

募集人数

20名

腰痛！肩こり改善！

自分で楽々リンパケア講座②



自分の手で！服を着たまま「ふれる・なでる・ゆらす」などのやさしいリンパケアでカラダを感じ、自分に気づき、肩こり・腰痛の改善に効果的なケアと身体操作を学びます。

開催日時

10/20

10/27

11/10

11/17

12/1

12/8

12/15

12/22

すべて月曜日 19:00～20:00 全8回

受講料 3,000円

募集対象 町内にお住まいの方及び町内の職場にお勤めの方
(定員に達しない場合は、この限りではありませんので、お問い合わせください。)

会場 芽室町中央公民館 3階 視聴覚室

講師 松井 千秋 先生

※お申込み多数の場合は、抽選とさせていただきます。
また申込者が少数の場合、中止となることがありますので、
ご了承ください。

締切 10月9日(木)



託児あります！《無料》お気軽にお申込みください！

※受講日の10日前までにお申し出ください

HPはこちら



窓口またはお電話でお申込みください。

帯広市文化スポーツ振興財団のホームページからもお申込みいただけます。

芽室町
教育委員会

主管：芽室町中央公民館指定管理者
一般財団法人帯広市文化スポーツ振興財団

芽室町東3条3丁目1番地
TEL：0155-62-4680

4月～10月は
第一日曜日
年末年始休館