

-芽室町中央公民館講座参加者募集-

3月19日9時から申込受付開始

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①



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

4/14 4/21 4/28 5/19 5/26 6/2 6/9 6/16

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 4月3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

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