

カラダを整える

朝のピラティス



日時:

9月2日・9日・16日・23日・30日、10月7日・14日・21日・28日、
11月4日

木曜日 11:00~12:00

※万が一講師の体調不良等の場合には、日程変更ではなく別プログラムで対応いたします。

場所:

ラスタホール 3階 健康ルーム

持ち物:

ヨガマット(大判のバスタオルでも可)

※ヨガマットの貸し出しは可能ですが、衛生上気になる方はお持ちください。
※ロッカー・シャワーはございません。更衣の必要な方は4階フィットネス
ラスタ受付までお申し出ください。

受講料:

9,000円

定員:

17名

- 新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、日程変更または中止となる場合がございます。
- ご自宅を出られる前の検温、来館中のマスク着用をお願いします。
- 体調不良の場合は受講を中止していただきますようお願いいたします。

お申込み・お問い合わせは...

ラスタホール TEL 072-781-8877 <火曜休館>

HP→ <https://www.lustrehall.com>



ラスタホールのホームページにある「お申込みフォーム」に必要な事項を入力の上、送信してください。
送信後、2~3日たってもラスタホールからの返信が無い場合は、お電話でお問い合わせください。

※お申し込みは来館・電話が優先されます。ご了承ください。

主催：公益財団法人いたみ文化・スポーツ財団 / ラスタホール 伊丹市教育委員会



伊丹市立生涯学習センター / ラスタホール
〒664-0865 伊丹市南野2-3-25