

ピラティス 講座

期 間	令和8年4月～12月 (全14回)
開催日	4/15(水), 4/22(水), 5/20(水), 6/3(水), 6/17(水), 7/1(水), 7/15(水), 9/16(水), 9/30(水), 10/14(水), 10/21(水), 11/4(水), 11/18(水), 12/2(水)
時 間	水曜日 10時00分～11時00分
会 場	松陽地区体育館 小松市大領町な66番地
講 師	新保ともみ 先生
持ち物	運動しやすい服装、五本指ソックス(又は裸足)、タオル、ヨガ マット、水分補給用の飲み物 <11月・12月は、屋内運動用シューズをご持参ください。>
受講料	市内在住・在勤・在学の方----- 2,800円 上記以外の方----- 5,600円 ※初回時に全回数(14回)分徴収します。
教材費 (材料費)	無
その他	<ul style="list-style-type: none">・参加をキャンセルされる方は至急ご連絡をお願いします。・講座の様子を写真に記録して、広報等で使用する場合がありますので、ご了承をお願いいたします。・体調に不安がある日は申し訳ありませんがお休みをお願いいたします。(体育館にて開催の講座は連絡無しでも大丈夫です。)・開催日等に変更が生じた場合、連絡がつくように努めますが、行き届かなくて、来られてからのお知らせになる場合がありますがご容赦ください。

小松市立松陽公民館

〒923-0854 小松市大領町な66番地(松陽地区体育館内)

電話 0761-23-6585

窓口時間 9時から16時(日・月曜日、祝日は休館日)