

～自律神経を整え

1日の疲れをリセット～

仕事帰りの心も体もリセット！



夜のピラティスⅠ

※写真はイメージです。

2026

4.14 ～ 6.9

毎週火曜日 全8回 19:30 ～ 21:00

【会場】東体育館 武道室

【講師】森吉先生

【対象】18歳以上

【持ち物】動きやすい服装、水筒、タオル

【定員】30名

【参加料】6,800円（保険料含む）

【応募期間】3月1日～3月15日

※応募者多数の場合は、抽選となります。

【応募方法】

往復はがきにてお申込みください。

詳細は東体育館ホームページをご覧ください。



福岡市立東体育館
FUKUOKA CITY HIGASHI GYMNASIUM

〒813-0003

福岡県福岡市東区香住ヶ丘1丁目12-2

お問合せ

☎ 092-672-0301

