

背骨コンディショニング

背骨を整えて、心も体もリセット！「なんだか疲れが取れない」そんなあなたに。
寝ながらできる背骨コンディショニングで、翌朝の体の軽さを実感してください。

日 時 ; 9月4日・11日・18日(全3回)

金曜日 10:30~12:00

場 所 ; 木屋瀬地域交流センター

定 員 ; 15名

受 講 料 ; 無料

持ってくるもの ; バスタオル1枚・フェイスタオル1枚・飲み物



《申込方法》

往復はがきに以下の事項を記載し、木屋瀬地域交流センターまで郵送してください。

(記載に不備がある場合は無効といたします)

① 講座名(背骨コンディショニング)② 住所 ③ 氏名(フリガナ)④ 年齢 ⑤ ☎番号

往信面

返信面

〒807-1262 八幡西区野面 1丁目8-35 木屋瀬地域交流 センター宛	※何も記入しない ください	申込者 〒 住所 氏名	講座名 〒 住所 氏名 年齢 電話番号
--	------------------	----------------------	---------------------------------

《注意事項》

※ スマラク窓口でもお申込みできます

※申込締め切りは8月20日(木)です。(当センター必着)

※応募者が少ない場合は講座を実施できないことがあります。



《問合せ先》 北九州市立木屋瀬地域交流センター

北九州市八幡西区野面1-8-35 ☎ 617-7980

月曜日~金曜日 9:00~22:00 土曜日 9:00~17:00 担当 河井