

令和8年度南花台公民館主催事業

ゆる〜て

親子 de

ピラティス

夏のひととき 親子でリラックスしませんか？

ピラティスには身体のバランスを整え、
回復を促す効果があります。

8/2 (日) 10:00~11:30

ところ

南花台公民館

参加費

無料

定員

5組 (先着順)

持ち物

ヨガマット

対象

市内の未就学児~小学3年生と保護者

申込

7/3 (金) 9:00から南花台公民館へ
(窓口、TEL、Web↓)

南花台公民館

TEL. 0721-63-1131

住所 〒586-0077 河内長野市市南花台8-4-1

開館 9:00~17:00 (月曜日休館)

