

代々木八幡コミュニティセンター
Yoyagi-Hachiman Community Center

YCC

イベントシリーズ
2022/2023



新国立劇場バレエ研修所で
講師を務める橋本さんによる
身体を美しく健康にするエクササイズ
「ピラティス」の解説・実践講座

ピラティスのある日常

～からだと心をやわらげるボディコンディショニング～

YCC代々木八幡コミュニティセンター
3階 スタジオ4・5

2023

3/5 日

15:00-17:00

講師 橋本 佳子

料金 1,500円

チケット発売

渋谷区在住・在勤・在学の方先行受付

2月6日(月)10:00～(電話)

①YCC代々木八幡コミュニティセンター

☎03-3466-3239

②シアターワークショップ イベント係

☎080-7492-9689(平日10:00-18:00)

一般受付

2月13日(月)10:00～(Peatix)

定員

15名(先着順)

対象年齢

18歳以上

Peatix



その他

- ・感染症拡大防止対策のため検温・消毒・マスク着用にご協力ください。
- ・未就学児入場不可。
- ・会場には更衣室はありません。
- ・そのまま参加できる服装でお越しください。
- ・動きやすく着心地のよい服装で、厚めのソックス(又はタイツ)を履いてください。
- ・タオルをご持参ください。

※お身体に不調のある方のご参加はご遠慮ください。