

5月からスタートします！

新宮地区まちづくり協議会・女性委員会

## 令和3年度 バランスボール講座のお知らせ

体育館での実践とオンライン ZOOM があります

毎回大好評のバランスボール講座を開催します。  
自律神経を整え、心も身体もリフレッシュできます。  
レッスン内容は初心者向けなので初めての方も安心して  
ご参加下さい。



〈 5月～11月 〉 ★星組★

月1回(毎月第2火曜日)午後7時30分～新宮小学校体育館

**5/11(火) 6/8(火) 7/13(火) 8/10(火)**  
**9/14(火) 10/12(火) 11/9(火)**

・参加費用 1回1,000円(ボールは無料で貸し出します)

**ZOOMでも参加できます!!** ※ZOOMで参加希望の方は下記まで申込みください

〈 5月～11月 〉 参加費無料です

月1回(毎月第4水曜日)午後7時30分～8時00分(30分間)

**5/26(水) 6/23(水) 7/28(水) 8/25(水)**  
**9/22(水) 10/27(水) 11/24(水)**

お子さん連れ  
男性の参加も  
大歓迎!!ご都合の  
良い日のみ、当日  
参加も大歓迎です



講師は、昨年度もご指導いただいた  
**アイアイミュージックスタジオ**  
**大溝 育代 先生**です

《申込先》 新宮地区まちづくり協議会 (月～金 午前9時～午後5時)

☎ 0577-34-7554 Fax 0577-62-8554