

報道機関各位

箕輪町公民館講座「初心者のための健康ベリーダンス」

箕輪町公民館では女性限定の『初心者のための健康ベリーダンス』を開講します。普段の生活で、あまり使わない骨盤・お尻・肩などを意識的に動かし、インナーマッスルの強化！ストレス発散！健康的な運動習慣を身につけましょう。

開催日時 6月5日(木)・19日(木) 7月3日(木)・17日(木)・24日(木)
全5回 19時～20時

場 所 箕輪町文化センター

講 師 ノノダ エリさん

内 容 初心者向けの健康ベリーダンス講座

受講料 500円 (5回分)※初回集金

定 員 女性限定15名 ※定員を超えた場合は抽選

募集期間 5月8日(木) 9時～5月22日(木)

申し込み・問い合わせ

箕輪町公民館 79-2178 (平日9時～17時)

こちらの URL から <https://logoform.jp/f/7kfdS>



オンライン
2次元バーコード

添付資料 ☒ 有 ☐ 無



箕輪町公民館

(館長) 市川 (担当) 唐澤

電 話 : 0265-79-2178 (内線) 1812

F A X : 0265-79-6368

E-mail : shougai@town.minowa.lg.jp

箕輪町公民館

初心者のための 健康ベリーダンス

普段の生活で、あまり使わない
骨盤・お尻・肩などを意識的に動かし、
インナーマッスルの強化！ストレス発散！
健康的な運動習慣を身につけましょう

開 講 日 6/5(木) 19(木)
7/3(木) 17(木) 24(木)
全5回

時 間 19:00～20:00

女性限定

会 場 箕輪町文化センター

講 師 ノノダ エリ さん

受 講 料 500円(全5回分)

定 員 15 名 ※多数の場合は抽選

募集期間 5/8(木) 9:00～ 5/22(木)

Tシャツなど
動きやすい服装で
参加OK！
ヒップスカーフは
お貸します

申し込み
問い合わせ

箕輪町公民館
0265-79-2178
9:00 ～ 17:00(土日祝は除く)

オンラインは
こちらから



<https://logoform.jp/f/7kfdS>