



2026年浜松ヒューマンセミナー

姿勢改善ピラティス

【日 時】 第1回5/29・第2回6/5・第3回6/12・第4回6/19
第5回7/3・第6回7/10・第7回7/17・第8回7/31
第9回8/7・第10回8/21

【場 所】 高台協働センター 1階 ホール

【講 師】 神田 奈於先生

【費 用】 500円 (基本受講料)

【定 員】 20名

【持ち物】 ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル
筆記用具、水分補給の飲み物



- 【その他】
- ・原則、全10回の出席が可能であることを前提にお申込みください。
 - ・体調不良の場合の参加はご遠慮ください。
 - ・日程・内容等は、講師・協働センターの都合により変更する場合があります。
 - ・講座で撮影した写真を市のHP等に掲載する場合があります。ご了承下さい。

【申込期間】 4月15日(水)～5月7日(木)

※窓口や電話受付の場合、日曜・祝日・夜間(17:15以降)
は受付不可。

【申込方法】 ●高台協働センター窓口・お電話→住所・氏名・電話番号をお聞きします。
●オンラインでのお申込み →右のQRからお申込みください。



【当選確認】 5月15日(金)～5月22日(金) 月～土8:30～17:15 (日曜・祝日・夜間以外)

- 高台協働センター窓口・お電話での申し込みの場合
→高台協働センターにお問い合わせください
- オンラインでのお申込みの場合→高台協働センターより当落のメールが届きます。
※5月15日(金)中にメールが届かない場合はお問合せください。
※当選後に受講を辞退される場合は、5月22日(金)までに必ずご連絡ください。

【受講料支払】 講座初回時5月29日(金)に500円を集めます。(返金不可)

裏面もご覧ください