

泉区人財バンク登録者情報  
【サークル】

活動分野・ジャンル  
スポーツ・健康  
体操

整理番号

308

登録名	コツバンタイソウ 骨盤体操
サークルの紹介	ゴムバンドを使って体の歪みを整える運動やストレッチで、血行や自律神経の流れを良くして代謝アップを目指します。疲労回復やリフレッシュ効果があり、体幹や骨盤底筋を鍛えながら、みんな楽しくやっています。
構成人数	18名
参加の条件	女性限定
主な活動場所と活動日時	中和田コミュニティハウス 第2・4木曜日 13時半～14時半、15時～16時 泉寿荘（和室） 第2・4火曜日 14時～15時
参加にかかる費用	<input type="checkbox"/> 入会金 ( ) <input type="checkbox"/> 年会費 ( ) <input type="checkbox"/> 月会費 ( ) <input checked="" type="checkbox"/> 1回 ( 500 円 ) <input type="checkbox"/> その他 ( ) <input type="checkbox"/> 無し
活動の様子がわかる写真	