

2026年度生涯学習支援センター市民講座

「猫背改善ストレッチ講座」開催要項

内 容 家でもできる猫背改善ストレッチを学ぼう！

主 催 糸満市生涯学習支援センター

期 日 令和8年5月13日(水) 5月20日(水)

時 間 14時00分 ～ 16時00分

講 師 名 大城 諒

場 所 糸満市生涯学習支援センター (2階サークル室④)

費 用 無料

募集人員 14人 一般市民(定員を超えた場合は抽選となります)

受付期間 4月6日(月) ～ 4月17日(金) ※土・日除く (午前9時～午後4時まで)

そ の 他 ヨガマット (バスタオル) ・室内シューズ・飲み物・筆記用具等持参ください

問い合わせ
糸満市生涯学習支援センター
TEL992-2869