

# 2026年3月の 大人のクラス活動

大人になっても仲間と楽しみ学ぼう♪

旧長井小学校第一校舎では、大人向けの講座・イベントを定期的に開催しています。  
 「新しい趣味を見つけてみたい」「新鮮な体験をしてみたい」「交流を持ちながら楽しみたい」  
 そんな方にオススメの講座やイベントが年間12回開催されます！  
 おひとりでもぜひ気軽にご参加ください。

第12回

3月8日 日  
 10:00 ~ 11:30

## からだに寄り添う やさしいピラティス

講 師：鈴木 裕美 先生

運営協力：長井花のまちスポーツクラブ

**内 容** 姿勢を整えながら体を動かす、やさしい初心者向けピラティス。心地よくインナーマッスルをきたえていきましょう！

**対 象** 高校生以上



**定 員** 先着申込15名様

**参 加 費** 500円 ※公式LINE登録者:400円

**申込み** 要事前申込み 3/6(金)迄受付  
 ※定員になり次第締切

**持 ち 物** 飲物、タオル

公式LINEが  
できました！

こんなメリットが！

◎講座の受講料が割引に！  
 (※一部をのぞく)

◎アンケート回答で、必要な情報のみ受取可能！

お友達登録はこちらから



直前のキャンセルにつきましては、キャンセル料を頂戴する場合がございますのでご了承ください。

### ★講座お申込みについて★

お名前、住所、電話番号を添えて下記連絡先へメール、または電話にてお申込みください。

**会 場** 旧長井小学校第一校舎 受付 ▶ 1Fフリースペース（長井市ままの上5-3）

**【申込み・連絡先】長井市旧長井小学校第一校舎** (指定管理者：アクティオ株式会社)

〒993-0001 山形県長井市ままの上5-3 <開館日>火～日曜 9:30～21:30

☎ 0238-87-1802 MAIL : [info@kyunagaisho.jp](mailto:info@kyunagaisho.jp)

WEB

