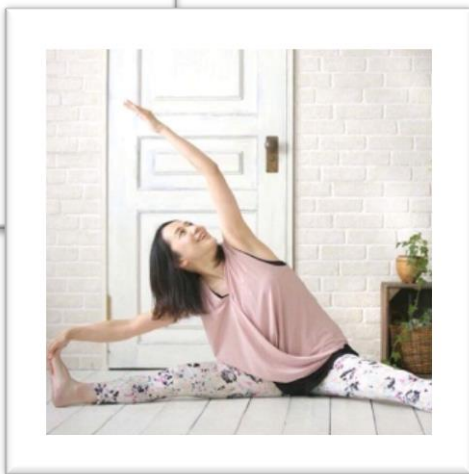


新規講座

ひめトレ

座ったまま簡単な動きをするだけ、下腹スッキリ、
尿モレの防止につながる骨盤底筋群を鍛えます！



New!

第3（木）19:00～20:00

角畠 あさみ ひめトレ普及員

¥1,620（月1回）

つなぐ
COOP
SAPPORO

ベルデ文化教室

お問合せ・
お申込みは **(0155)66-4072**

帯広市西17条南4丁目8-6 営業時間 / (月～土) 10:00～18:00、講座のある場合は21:00まで (日・祝)休業