

# 第8回震災復興支援 ピラーティスチャリティセミナーのご案内

卒業生をはじめとする多くの皆さま方にご好評いただいております毎年恒例となりました  
聖心女子大学教育学科 高田遵湖先生主宰 第8回ピラーティスチャリティセミナーを以下の通り  
開催致します。今年度のセミナーも収益は全額、聖心女子大学チャリティデーに寄付致します。

身体を動かす機会がなかなかとれていない…最近姿勢が気になってきた…等々の悩みを解決する機会  
にいかがでしょうか。ピラーティスで身体をほぐしながら、“身体を調整して得られる感動”をぜひご体感  
ください。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

## <日時・内容>

2017年6月4日(日) 10:30~12:00

## <テーマ>

『上背部のアライメント』

## <参加費>

一般 2,000円、学生 1,000円

\*全額復興支援として寄付させていただきます。

## <開催場所>

聖心女子大学 体育館

## <連絡先>

体育館事務室 03-3407-5744

artsbcjpem@gmail.com (ABC研究会)

\*警備上の都合がございますので、ご参加いただける際は上記アドレスまでご連絡をお願い申し上げます。

## <服装>

楽に動ける服装(動きやすい上下のジャージ等、裸足又は靴下) 更衣室もございます。



～凛とした佇まいは、まっすぐに伸びる背筋から～

## 周辺案内図



### ■東京メトロ日比谷線「広尾駅」

(2番「天現寺橋(聖心女子大学)方面」出口)下車

広尾商店街(散歩通り)を通り 約3分

### ■JR 渋谷駅東口または恵比寿駅より都バス

「日赤医療センター前」行 終点「日赤医療センター前」下車 約3分

### ■JR 品川駅より都バス「新宿駅西口」行

「広尾橋」下車 約4分

### ■JR 目黒駅より都バス「千駄ヶ谷駅」、「新橋駅」行「広尾橋」下車 約4分

■広尾駅、広尾橋バス停から・・・南門に入り、階段を登りきって外をずっとまっすぐ奥まで進めますと、パレス(旧久邇宮邸)の右横に体育館への通路がございます。

■日赤医療センター前バス停から・・・正門に入り、まっすぐ進んでいただくと左手にパレス(旧久邇宮邸)が見えます。その奥に体育館への通路がございます。