

# 令和 7 年度 教室案内(日程)

## ヨガ(昼の部)教室 (保育付き)



参加者から「心も身体もリフレッシュできる」と好評のヨガです。  
 保育付きなので、子育て中のママも安心して参加できます。  
 保育を希望の方は、希望日の一週間前までにご連絡ください。

- 1 対象: どなたでも
- 2 活動時間: 金曜日 9時30分から11時
- 3 会場: 4月から9月 町民会館多目的ホール  
 (ただし、下記日程中「※」は結いハート聖籠 学習室1)  
 10月から3月 亀代地区公民館 小ホール
- 4 講師: 増井 祐子、本川 彩(赤字)
- 5 参加費: 1期につき… 会員 3,500 円 / ビジター 回数券をご利用ください  
 (非会員)  
 ※保育を希望する方は、希望日の1週間前までにお申し出ください。保育者の都合で希望に添えないことがあります。お子さん1人につき月800円または1回330円です。
- 6 持ち物: ヨガマット、タオル、飲料
- 7 日程: ・以下のとおり  
 (予定) ・急な日程変更の際は、グループLINEでお知らせします。  
 LINE登録はお忘れなく!(登録方法は裏面のとおり)

期	月	日(曜)			
第1期	4月	11 日(金)	18 日(金)	25 日(金)	
	5月	2 日(金)	9 日(金)	16 日(金)	※30 日(金)
10回	6月	13 日(金)	20 日(金)	27 日(金)	
第2期	7月	4 日(金)	11 日(金)	18 日(金)	25 日(金)
	8月	※8 日(金)	※22 日(金)		
10回	9月	5 日(金)	12 日(金)	19 日(金)	26 日(金)
第3期	10月	3 日(金)	10 日(金)	17 日(金)	24 日(金) 31 日(金)
	11月	14 日(火)	28 日(金)		
10回	12月	5 日(金)	12 日(金)	19 日(金)	
第4期	1月	16 日(金)	23 日(金)	30 日(金)	
	2月	6 日(金)	13 日(金)	20 日(金)	27 日(金)
10回	3月	6 日(金)	13 日(金)	27 日(金)	

- 8 その他: -
- 9 備考: 主催(自主)事業

公式LINEの登録のしかた

教室やイベント情報を発信！

# 友だち募集中



## ▼ 友だち追加方法

LINEのアプリを開いて

1



ホーム画面へ

2



友だち追加ボタンを  
タップ

3



「QRコード」から  
読み取る

4



友だち追加で  
完了

NPO法人スポネットせいろう

