

曜	No.	講座名	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
火	62	癒しのヨーガセラピー① ～心身の調和を図る優しいヨーガ～	9:30～10:40	15		3 17	1 15 29	5	2 30	7 21	25	2 16	20	3 17	3 17
火	63	癒しのヨーガセラピー② ～心身の調和を図る優しいヨーガ～	10:50～12:00	15		3 17	1 15 29	5	2 30	7 21	25	2 16	20	3 17	3 17
木	88	健やかyoga(初心者)	9:30～10:30		8 22	12 26	10 24	28	11 25	9 23	27	11	8 22	12 26	12
木	89	やさしいフローヨガ	10:45～11:45		8 22	12 26	10 24	28	11 25	9 23	27	11	8 22	12 26	12
木	127	はじめてのウクレレ(木)	13:00～13:50	15		5 19	3 17	21	4 18	2 16	6	4 18	15 29	5 19	19
木	128	たのしいウクレレ(木)	14:00～14:50	15		5 19	3 17	21	4 18	2 16	6	4 18	15 29	5 19	19
木	129	手描きぼかし染め入門 ～布に咲く花々～	13:00～16:30	24	8	12	10	7	11	9	27	11	8	12	12

【基本的な持ち物】

飲み物、タオル、室内シューズ

※講座によってヨガマット、筆記用具などパンフレットもご確認下さい。

【LINE登録について】

最新情報、講座連絡などお伝えしています。2次元コードよりご登録をお願いします。

2025年度用  
LINE登録は  
こちらから→



facebookは  
こちらから→

