

生きがいきづくり講座

講座名/講師名	曜	期間	開催期間	回数	時間	募集人数	受講料
楽しいヨガ 佐野	火	4期	1/11~3/15	10回	13:30~14:45	21名	2,700円
パッチワーク 見奈美	水		1/12~3/23	10回	10:30~11:45	5名	
リラックス ヨガ 山田				10回	19:15~20:30	3名	
ヨガ 坪田	木		1/13~3/17	10回	13:30~14:45	13名	
キックボクシング (入門) 阪井	金		1/14~3/25	10回	19:00~20:15	9名	
フラダンス 小島	土		1/15~3/19	10回	10:45~12:00	19名	
コンディショニング ヨガ 山崎				10回	10:30~11:45	8名	
太極拳 竹内				10回	13:30~14:45	17名	

※毎回、別途利用料金が必要です。 ※それぞれに休講日があります。
 ※新型コロナウイルス感染状況により、内容等に変更がある場合もあります。

対象者 16歳以上で医師から運動を制限されていない人
 (子供連れでの参加はできません)

申込み 12/1(水)~12/17(金) 17時締切
 窓口または電話にて受付いたします。
 ※お申込み多数の場合は抽選となります。