

開催場所：福山市沼隈体育館（多目的ルーム）												
曜日	No	講座名	回数	定員	月 日						講師	会費
木	27	ベーシックヨガ （一般）	18回	18人	4月	10	17	24			角谷 鈴栄	14,400円
		5月			1	8	15	22	29			
	28	初めてのヨガ （一般）		18人	6月	5	12	19	26			
		7月			3	10	17	24	31			
金	29	姿勢改善ヨガ （一般）	18回	18人	8月	7						
					4月	11	18	25				
					5月	2	9	16	23	30		
					6月	6	13	20	27			
					7月	4	11	18	25			
					8月	1	8					

☆ヨガ教室の持参物：スリッパ・ヨガマット・運動のできる服装・タオル・飲み物など

☆教室の受付は15分前からです。

☆荒天時などで開催できない日程は、講師と相談してできる限り後ろの日程に追加して開催いたします。