

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） 9：15～10：15	18回	18人	4月	9	16	23				角谷 鈴栄	18,000円
					5月	14	21	28					
					6月	4	11	18	25				
	28	初めてのヨガ （一般） 10：30～11：30	18人	7月	2	9	16	23	30				
				8月	6	20	27						
金	29	姿勢改善ヨガ （一般） 10：00～11：00	18回	18人	4月	10	17	24					
					5月	8	15	22	29				
					6月	5	12	19	26				
					7月	3	10	17	24	31			
					8月	7	21						

☆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。