

令和8年度後期 ヨガ教室 日程表

活動日 金曜日 全12回
 時 間 10:00~11:30
 場 所 臨海体育館 第一体育室 / 福祉センターあいくる
 服 装 動きやすい服装
 持ち物 汗拭き用タオル、水分、ヨガマット（お持ちでない方は大きめのバスタオル）
 ブランケットや大きめのタオル（休憩のアサーナ時や補助として使用します）
 連絡先 へきなん総合型スポーツクラブ 0566-42-4233（欠席連絡は不要です）
 その他 日程・会場は天候または施設の都合により変更になる場合があります

	日付	場所		日付	場所
第1回	10月2日	臨海体育館	第7回	12月25日	あいくる
第2回	10月9日		第8回	1月15日	臨海体育館
第3回	10月16日		第9回	1月29日	あいくる
第4回	11月6日		第10回	2月12日	臨海体育館
第5回	11月13日		第11回	2月26日	
第6回	12月11日		第12回	3月5日	

へきなん総合型スポーツクラブ 公式LINE登録のお願い

【公式LINEの登録方法】

右のQRコードを読み取り、お友達追加をしてください。
 必ず「受講者氏名」「参加教室名」を送ってください。

各教室の中止連絡、会場変更、日程変更等は教室のお知らせにてご連絡致します。



【公式LINEの情報の確認方法】



①公式LINEホーム画面の左下のキーボードアイコンをタップして入力画面を表示します。



②入力画面で『ヨガ』と入力し、送信します。



③変更やお知らせがある場合はメッセージが出ます。

※公式LINEは令和8年度より運用開始。

以前ご登録していただいていたLINE（てるてる坊主のアイコン）とは異なります。

再度ご登録をお願い致します。