

令和7年度前期 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

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	曜日		日付	曜日
第1回	4月11日	金	第7回	7月4日	金
第2回	4月25日	金	第8回	7月18日	金
第3回	5月9日	金	第9回	8月1日	金
第4回	5月23日	金	第10回	8月22日	金
第5回	6月13日	金	第11回	9月12日	金
第6回	6月27日	金	第12回	9月26日	金