

2026年度 シニアヨガ

- ・対象 : 45歳以上の女性
- ・料金 : 期制1,100円（1回分）
- ・日時 : 木曜日12：30～13：30
- ・持ち物 : 運動できる服装、飲み物、タオル、ヨガマット（あれば）
- ・場所 : 第二総合運動場 会議室



月	日にち	※第4木曜日→休館日のためお休み			回数 人数
1期 4月	2日	9日	16日	30日	計10回 11000円
5月	7日	14日	21日		
6月	4日	11日	18日		
2期 7月	9日	16日	30日	※2日 お休み	計8回 8800円
8月	6日	20日	※13日 お休み		
9月	3日	10日	17日		
3期 10月	1日	8日	15日	29日	計10回 11000円
11月	5日	12日	19日		
12月	3日	10日	17日	※31日 お休み	
4期 1月	14日	21日	※7日 お休み		計8回 8800円
2月	4日	11日 祝日開講	18日		
3月	4日	11日	18日		

問合せ：第二総合運動場 072-729-4558

※急遽、教室が休講となる場合は適宜、料金を変更させていただきます。予めご了承下さい。