

令和3年(2021年) 身体の硬い人のヨガ 講座日程

<講座時間>

1部 9:15~10:15 2部 10:30~11:30

*15分で消毒と入替え

<場所> 多目的室

<持ち物> バスタオル

*令和3年4月3日作成

(ヨガマット可)

曜日	第1 金曜	申し込み日(火)	第3金曜	申し込み日(火)	備考
4月	2	終了	16	終了	
5月	7	4月20日	21	5月11日	
6月	4	5月18日	18	6月1日	
7月	2	6月15日	16	6月29日	
8月	6	7月20日	20	8月3日	
9月	3	8月17日	17	8月31日	
10月	1	9月14日	15	9月28日	
11月	5	10月19日	19	11月2日	
12月	3	11月16日	17	11月30日	
1月	7	12月21日	21	1月4日	
2月	4	1月18日	18	2月1日	
3月	4	2月15日	18	3月1日	