

ヨガ講座

募集

作野福祉センターで皆さん一緒にヨガを楽しく学びましょう！

日時 令和7年1月15日（水）、
2月5日（水）、2月19日（水）、
3月5日（水）、3月19日（水）
午前10時～午前11時（全5回）

場所 作野福祉センター 2階 集会室
（安城市篠目町ニタ又27-1）

講師 神谷 栄子 氏（ヨガインストラクター）



協力 「ひまわりヨガ」のみなさま（作野福祉センターの福祉団体）

対象 市内在住の60歳以上の方
※令和5年度に作野福祉センターのヨガ講座を受講していない方が優先です

定員 8名

参加費 無料

持ち物 タオル、飲み物、ヨガマットまたは厚手のバスタオル、運動のできる服装でお越してください

申込 作野福祉センター窓口にて先着順で受付

期間：令和6年12月4日（水）から

時間：午前9時～午後5時

※申込み初日の12月4日午前9時時点で定員を超えた場合は抽選

※12月4日（水）午後1時以降は電話申込可能

※令和5年度にヨガ講座を受講していた方は12月5日（木）から受付します。

問合せ 作野福祉センター ☎72-7570