

健 康

サークル名	ソフトエアロビックスjoy
活 動 内 容	音楽に合わせて、身体を動かします。
会 員 数 等	11名
募 集	有（随時）
会員の条件	特になし
会 費 な ど	月会費2,500円
活 動 日	毎週火曜日 午後1時～3時（月4回）
活 動 部 屋	音楽練習室
連 絡 先	藤田 カツエ ☎0152-44-7432
P R	中高年代です。自分のペースで体を動かします。体験も可能です。

サークル名	ヨガサークル アーリア
活 動 内 容	ヨガの精神を取り入れた、会員の健康維持と親睦を図る
会 員 数 等	14名（30代～70代）
募 集	有（随時）
会員の条件	健康維持したい方
会 費 な ど	月会費2,500円
活 動 日	毎週火曜日 午後7時～8時30分
活 動 部 屋	交流室AB
連 絡 先	生涯学習係までお問い合わせください。
P R	少人数ですが、それぞれの年代の会員が楽しくゆる～く和やかに活動しています。

サークル名	ヨガサークル シャンティ
活 動 内 容	ヨガ
会 員 数 等	14～15名
募 集	有（随時）
会員の条件	健康を維持したい方
会 費 な ど	月会費2,500円
活 動 日	金曜日 午後7時～8時30分
活 動 部 屋	交流室
連 絡 先	金子 ☎0152-45-2279
P R	ヨガに興味のある方、是非いらして下さい。

サークル名	ヨガサークル モク
活 動 内 容	ヨガのレッスンの通じて健康維持と親睦を図ります。
会 員 数 等	14名
募 集	有（随時） 見学有
会員の条件	どなたでも
会 費 な ど	月会費2,500円 休み月は半額
活 動 日	毎週木曜日（5週目は休み） 午後7時～8時30分
活 動 部 屋	リハーサル室
連 絡 先	大井 ちあき ☎0152-44-6420
P R	講師2名により、それぞれバリエーションのある指導をしてもらえます。

サークル名	ヨガクラス ミトラ
活 動 内 容	ヨガ教室（マタニティヨガ、シニアヨガ）
会 員 数 等	15名（30代～70代）
募 集	有（随時）
会員の条件	（年代問わず、子連れも妊婦もシニアもOK！）※女性のみ
会 費 な ど	月会費（4回）2,500円
活 動 日	毎週水曜日 午前10時～11時30分
活 動 部 屋	リハーサル室
連 絡 先	中村 美由紀 ☎090-8427-3670
P R	年代問わず女性のためのヨガクラスです。ゆったり楽しめます。