

骨盤リフレッシュヨガ				日 時	2・4 土	18:40~19:40	
講師	三沢 礼子	受講料	3,850円 / 11回	年間回数	22回	会場	2階 和室
持参物	筆記用具、運動のできる服装、ヨガマット、飲み物						

講座実施日…●

予備日…講座日に実施できなくなった場合の振替予定日

	1週	2週	3週	4週	5週
4月	5	12 ● 1回	19	26 ● 2回	
5月	3 祝日	10 ● 3回	17	24 ● 4回	31
6月	7	14 ● 5回	21	28 ● 6回	
7月	5	12 ● 7回	19	26 ● 8回	
8月	2	9 ● 9回 2期納入日	16	23 ● 10回 2期納入日	30
9月	6	13 ● 11回 2期納入期限	20	27 予備日	
10月	4	11 ● 12回	18	25 ● 13回	
11月	1	8 ● 14回	15	22 ● 15回	29
12月	6	13 ● 16回	20	27 ● 17回	
1月	3 休館日	10 ● 18回	17	24 ● 19回	31
2月	7	14 ● 20回	21	28 ● 21回	
3月	7	14 ● 22回	21	28 予備日	