

心と体ストレスフリーヨガ（水）				日 時	第1・3 水	19:00~20:00	
講師	平田 明美	受講料	4,200円 / 12回	年間回数	24回	会場	2階 第2会議室
持参物	筆記用具、運動のできる服装、ヨガマットまたはバスタオル						

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