やさしいヨガ

場所	鴨谷体育館　第３体育室	講師紹介	平田先生
対象	中学生以上／定員50名(年間登録制)	受講料	1,210円／回
日時	金曜日　13:00~14:15	持ち物	動きやすい服装、飲み物、タオル、ヨガマット（なければバスタオル）

スクール開催日　　休館日

4月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			
4月度 ⇒ 11日･18日･25日						

5月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
5月度 ⇒ 9日･16日･23日						

6月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					
6月度 ⇒ 13日･20日･27日						

7月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
7月度 ⇒ 11日･18日･25日						

8月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	8月度 ⇒ 8日･22日･29日					

9月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				
9月度 ⇒ 12日･19日･26日						

１０月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	
10月度 ⇒ 10日･17日･24日						

１１月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	11月度 ⇒ 14日･21日･28日					

１２月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			
12月度 ⇒ 12日･19日･26日						

1月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
1月度 ⇒ 16日･23日･30日						

2月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
2月度 ⇒ 13日･20日･27日						

3月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				
3月度 ⇒ 13日･20日･27日						

【お問合せ】
さかい健幸スポーツコミュニティ (代表企業：アシックススポーツファシリティーズ株式会社･構成企業：南海ビルサービス株式会社)
堺市立鴨谷体育館(堺市南区鴨谷台2丁4-1)
TEL:072-296-1717　　FAX:072-296-1766