受講生募集

ライフ・ヨーガ

心と身体が整う“ゆったりヨガ”で、毎日の生活をいきいきと過ごしてみませんか？

◆期　間

2026年10月 8日(木)～2027年3月25日(木)

＊途中入会も可能です

＊定員になり次第、募集を締め切らせていただきます

◆日　時

毎月第 2･4 木曜日　10:30～12:00

※2 月は第3･4木曜日

◆受講料

18,000 円（全 12 回分／1 回あたり 1,500 円）

〇受講者の都合による欠席･退会の場合、原則として払い戻しいたしませんのでご注意ください

◆持参するもの

運動できる服装、飲み物、タオル

◆会　場

SAWARAPIA　福岡県立ももち文化センター

4 階　和室

◆講　師

ヨーガインストラクター･ヨーガ療法士　薄本　裕子

◆講座日程表

10 月	8 日(木) 22 日(木)
11 月	12 日(木) 26 日(木)
12 月	10 日(木) 24 日(木)
1 月	14 日(木) 28 日(木)
2 月	※　18 日(木) 25 日(木)
3 月	11 日(木) 25 日(木)

講師の都合等により、日程が変更または中止となる場合があります。

発熱や風邪症状のある時、体調がすぐれない時は来館をお控えください

【お問合せ・お申込み】

SAWARAPIA 福岡県立ももち文化センター　TEL 092－851－4511

福岡市早良区百道 2 丁目 3-15