

アロマ香る、やさしいヨガのプログラム

健康ヨガ教室



- 日時** 令和7年5月～令和7年10月までの
毎月第4月曜日 10:00～11:30
- 会場** 鳩山町泉井交流体験エリア 交流ホール
- 対象** 鳩山町内・町外在住のどなたでも
ご参加可能です。
- 料金** 1回500円
- 持ち物** ヨガマット・飲み物・タオル・ブランケット



講師 渡邊 悠 氏

IHTA公認ヨガインストラクター / アナトミック骨盤ヨガ / ヨガ解剖学ティーチャーズト
レーニング50時間終了/ヘッドショルダーセラピスト養成講座全課程修了



講師からのメッセージ

解剖学をベースに、安全かつ効果的なクラスづくりを心がけております。
ヨガですべてを解決できるとは思いませんが、ヨガでこそ効果を得られることもあると
思いますので、皆様の健やかな日々の手助けになれば幸いです。

主催：鳩山町泉井交流体験エリア指定管理者
〒350-0305 埼玉県比企郡鳩山町大字泉井524番地1



最新情報発信中
公式HP Instagram



申し込み・お問合せ

鳩山町泉井交流体験エリア事務室へ

お電話にてお申し込み下さい。

 **049-298-8899**

(イベント受付時間：午前9時～午後5時30分 ※毎月第3月曜日は休館)

2025

健康ヨガ教室スケジュール

25年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

25年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					

25年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		

25年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						

25年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				

25年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	

※日程が変更になる場合がございます。