

# 令和8年度 健康ヨーガ スケジュール表

火曜日	健康ヨーガ	10:15~11:30
場所	徳島市立体育館 第二会議室	

令和8年3月1日現在

前期(20回)	4月	7	14	21	28	
	5月	12	19	26		
	6月	2	16	23	30	
	7月	7	14	28		
	8月	4	18	25		
	9月	1	8	15		
後期(20回)	9月	29				
	10月	6	13	20	27	
	11月	10	17			
	12月	1	8	15	22	
	1月	5	19	26		
	2月	2	9	16		
	3月	2	9	16		

★ 前期・後期 各20回ごとのお支払いになります。

**健康ヨーガ**

(1,050円×20回)

後期継続の方は、前期の最終日までに受講料のお支払いをお願いします。

★ 駐車券を購入される方は受講料と合わせてお支払いください。

(20回分 2,000円) 駐車券の再発行はできません。

★ 荒天による中止は教室開始2時間前に決定します。

TEL(088-654-5188)又は、徳島市体育振興公社HPでご確認ください。

※ 講師の先生の都合によりスケジュールが変更することがあります。

スケジュール変更の際には、講師の先生より連絡いたします。

(準備物) 動きやすい服装・タオル・水分補給できるもの  
 ヨガマット(お持ちでない方はコチラでもご用意しております)  
 厚手のバスタオル(ヨガマットの上に敷いてもらうためのものです)

