

9月13日（月）～9月30日（木） 講座実施状況

（9月11日更新）

講座名	中止対象日	備考
水彩画	通常通り実施予定です	
現代俳句 楽しみながら脳の働きを活性化		
初心者向けフラワーアレンジメント		
初心者向け暮らしの中の筆ペン講座		
健康啓発講座	9月25日（土）	中止になりました
ママとベビーのためのピラティス	9月13日、27日（月）	中止した日程については、決まり次第、改めてお知らせいたします
初心者向けエアロビクス&ストレッチ	9月13日、27日（月）	
初心者向け男性ヨーガ	9月13日、27日（月）	
初心者向けピラティス（託児付）	9月14日、21日、28日（火）	
赤ちゃんエクササイズ	9月14日、21日、28日（火）	
シニアのためのアンチエイジングエクササイズ	9月14日、21日、28日（火）	
笑いヨガ	9月14日、28日（火）	
初心者向けエアロビクス（火曜・夜間コース）	9月14日、21日、28日（火）	
初心者向けかんたん！キックボックス	9月15日、22日、29日（水）	
初心者向けボディーヨーガ	9月15日、22日、29日（水）	
筋力アップ&簡単エクササイズ	9月16日、30日（木）	
初心者向けマットエクササイズ	9月16日、30日（木）	
初心者向けリラックスヨーガ（木）	9月16日、30日（木）	
フットセラピー&姿勢スッキリ体操	9月17日、24日（金）	
初心者向けリフレッシュエアロ&体幹トレーニング（託児付）	9月17日、24日（金）	
ベビーと一緒に産後からのビューティ・ペルヴィス	9月17日、24日（金）	
誰でも簡単ゆる体操	9月17日（金）	
初心者向けいきいき健康ストレッチ&フィットネス	9月17日、24日（金）	
初心者向けリラックスヨーガ（金）	9月17日、24日（金）	
初心者向けキレイになるヨガ	9月25日（土）	
指先から老化予防 大人の折り紙	前期講座の実施は中止になりました	

※ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

南ふれあいセンター 講座担当 TEL：086-261-7001