

楽しく健康に

# はじめての ヨガ講座

途中参加も随時受付!  
お気軽にどうぞ♪

はじめての方、久しぶりの方、柔軟性や体力に自信がない方……  
どんな人でも気軽に参加できます！ゆったりとした運動で体調を整えませんか？

開催日

2026年4月～2027年3月

①第2水曜日クラス(計12回)

②第4水曜日クラス(計12回)

時間

10:30-11:30

会場

大津公民館 大会議室

定員

各コース10名

費用

1,500円/回

対象

18歳以上の方

持ち物

ヨガマット、水、フェイスタオル

受付

大津公民館 077-526-2666

## 講師のご紹介

講師

**福田 佳代**

ヨガインストラクター歴15年。  
身体を理解しながら、楽しく進めましょう。

※体調不良の方は参加をお控え頂けますようお願いいたします。

※定員になり次第、締め切ります。

お申込み  
お問合せ

**大津公民館**  
**077-526-2666**

主催 | 大津公民館

〒520-0042 滋賀県大津市島の関4番1号 FAX: 077-525-1788

休館日/月曜日・祝日・月曜日が祝日の場合は翌開館日、年末年始(12月29日~1月3日)

受付時間/9:00~21:00 \*日曜日は17:00閉館

指定管理者: 株式会社ケイミックスパブリックビジネス <https://www.otsu-kaikan.jp>

▽公式HP▽

