

自主事業 2022(令和4)年10月～12月開催教室案内

【特記事項】新型コロナウイルス感染拡大状況により、下記教室内容を急遽変更したり中止する場合がございます。

楽しいトータルストレッチA教室	
日 程	2022年10月～12月の毎週水曜日（12月28日は休講）
時 間	9時～10時30分（1時間半）
内 容	ストレッチ、筋力・脳カトレーニングをメインにした体操
講 師	(株)ウエルネスヒロ
定員(費用)	25名(4,300円/12回)→4期は空調工事の為、9回分:3,225円
次期確認	2023年2月～3月の継続確認:11月9日(水)～23日(水)
次期納入	12月1日(木)～14日(水) 9時～20時

楽しいトータルストレッチB教室	
日 程	2022年10月～12月の毎週水曜日（12月28日は休講）
時 間	11時～12時30分（1時間半）
内 容	ストレッチ・筋力・脳カトレーニングをメインにした体操
講 師	(株)ウエルネスヒロ
定員(費用)	25名(4,300円/12回)→4期は空調工事の為、9回分:3,225円
次期確認	2023年2月～3月の継続確認:11月9日(水)～23日(水)
次期納入	12月1日(木)～14日(水) 9時～20時

ヨーガA教室	
日 程	2022年10月～12月の毎週木曜日（12月29日は休館）
時 間	9時15分～10時45分（1時間半）
内 容	健康増進
講 師	吹田市ヨーガ連盟
定員(費用)	35名(4,300円/12回)→4期は空調工事の為、9回分:3,225円
次期確認	2023年2月～3月の継続確認:11月10日(木)～24日(木)
次期納入	12月1日(木)～15日(木) 9時～20時

ヨーガB教室	
日 程	2022年10月～12月の毎週木曜日（12月29日は休館）
時 間	11時～12時30分（1時間半）
内 容	健康増進
講 師	吹田市ヨーガ連盟
定員(費用)	35名(4,300円/12回)→4期は空調工事の為、9回分:3,225円
次期確認	2023年2月～3月の継続確認:11月10日(木)～24日(木)
次期納入	12月1日(木)～15日(木) 9時～20時

夜ヨガ教室	
日 程	2022年10月～12月の毎週金曜日（12月30日は休館）
時 間	19時～20時30分（1時間半）
内 容	健康増進
講 師	(有)ブレマ・サット・サンガ
定員(費用)	36名(5,800円/12回)→4期は空調工事の為、9回分:4,350円
次期確認	2023年2月～3月の継続確認:11月11日(金)～25日(金)
次期納入	12月1日(木)～16日(金) 9時～20時



〒565-0821 吹田市山田東1-28-9

山田ふれあい文化センター【電話:06-6876-1201】

指定管理者 大阪ガスビジネスクリエイト・国際ライフパートナー共同事業体

2022年8月11日現在