

自主事業 2021(令和3)年10月～12月開催教室案内

楽しいトータルストレッチA教室

日 程	2021年10月～12月の毎週水曜日（12月29日は休館）
時 間	9時～10時15分
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	25名
費 用	4,300円／12回
納入期間	10月6日(水)～13日(水) 9時～20時
受講確認	2022年1月～3月の 継続 確認:11月3日(水)～17日(水)

楽しいトータルストレッチB教室

日 程	2021年10月～12月の毎週水曜日（12月29日は休館）
時 間	10時45分～12時
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	25名
費 用	4,300円／12回
納入期間	10月6日(水)～13日(水) 9時～20時
受講確認	2022年1月～3月の 継続 確認:11月3日(水)～17日(水)

ヨーガA教室

日 程	2021年10月～12月の毎週木曜日（12月30日は休館）
時 間	9時15分～10時45分
内 容	健康増進
講 師	吹田市ヨーガ連盟
定 員	30名
費 用	4,300円／12回
納入期間	10月7日(木)～14日(木) 9時～20時
受講確認	2022年1月～3月の 継続 確認:11月4日(木)～18日(木)

ヨーガB教室

日 程	2021年10月～12月の毎週木曜日（12月30日は休館）
時 間	11時～12時30分
内 容	健康増進
講 師	吹田市ヨーガ連盟
定 員	30名
費 用	4,300円／12回
納入期間	10月7日(木)～14日(木) 9時～20時
受講確認	2022年1月～3月の 継続 確認:11月4日(木)～18日(木)

カラオケ教室

日 程	2021年10月～12月の毎週金曜日
時 間	<h1>《休講中》</h1> 
内 容	
講 師	
定 員	
費 用	
申込み	

夜ヨガ教室

日 程	2021年10月～12月の毎週金曜日(12/24休講・12/31休館)
時 間	19時～20時30分
内 容	健康増進
講 師	(有)プレマ・サット・サンガ
定 員	36名（※9/26現在:欠員 5 名募集中）
費 用	5,800円／12回
納入期間	10月1日(金)～8日(金) 9時～20時
受講確認	2022年1月～3月の 継続 確認:11月5日(金)～19日(金)



〒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

2021年9月作成