

## 八尾市市民活動支援ネットワークセンター「つどい」 (ブログ)

大阪府八尾市の魅力ある市民活動情報をブログ形式で発信しています！  
ぜひぜひご覧下さい(^\_^)/

### お知らせ

- 💡 髪は頭皮のこと 発毛のプロが回答！
- 🍀 みんなが見ているブログをランキングで確認
- 🌱 無料で安心、写真も便利なgooブログ♪
- !! 抽選で2,000pt！13周年投稿キャンペーン
- 👤 プロガーによる人気映画レビューまとめ

### プロフィール

### ご案内：「健康ダンスとストレッチヨガ」

2012-08-09 20:00:01 | 市民活動情報 (行事案内等)

登録団体から行事のご案内です。

#### 健康ダンスの基礎とストレッチヨガ 講習会

美容と健康・若返りのため、ご一緒しませんか咄嗟（とっさ）

ご来場お待ちしております。10・11・12月は次月分発表

毎月2回開催

場所：八尾市プリズムホール 5階 練習室1

日程：9月5日 水曜日 ・ 19日 水曜日

時間：午後1：30～4：00

1：30～2：30 健康ダンスの基礎



30分 休憩が入ります

3:00~4:00 ストレッチ ヨガ

指導員: 妙谷まさ子さん

緒方夏江さん

主催: ほほえみ

【ご持参して頂くもの】

- ・ **ご参加 1人 100円**
- ・ 運動しやすい服装
- ・ 床敷き用スポーツタオル、又はマット
- ・ 汗ふきタオル
- ・ 水筒 (体を動かすため水分補給に)
- ・ 上靴

**申し込み・お問い合わせ** 072-993-5069

ほほえみ 島村欣延さんまで

詳細は、ちらしをご覧ください。

クリックすると画像が大きくなります

↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓

読者になる

都道府県

大阪府

自己紹介

八尾市市民活動支援ネットワークセンター「つどい」は、大阪府八尾市内で市民活動(NPO)に携わっておられる方&これから携わりたい方を支援するためのセンターです。  
(yao-tsudoi.ecnet.jp)

ログイン

[編集画面にログイン](#)

[ブログの新規登録](#)

goo おすすめ

今週のgoodなブログ!

- 1 [2017 越後妻有 雪花火](#)
- 2 [国立新美術館で、『草間彌生 わが永遠の魂』を見ました。](#)
- 3 [ジャガイモと真鯛のサラダ 紅芯大根のラビゴットソース風](#)
- 4 [ゴジラバス@新宿](#)
- 5 [メジロと桜](#)

最新記事一覧

公式Facebook

公式Twitter

暮らしのアイデア集

- ◆ 100均の黒板でDIY!
- ◆ 美味しいいちご大福が食べた  
い!
- ◆ セリアのねこお皿が可愛くて使  
える!

ブログの新規作成

## カレンダー

2017年3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

前月

次月

## 最新記事

ボランティア活動情報、ボランティ  
ア・NPO等への支援情報について

" さようなら涙の最終公演 "

映画「さとにきたらええやん」上映  
会

達人が伝達！主婦のためのお金が貯

お知らせ

八尾市末広町1-4-28

ひろみ



指導員

砂谷まき子さん  
緒方夏江さん



健康ダンスの基礎とストレッチヨガ 講習会  
美容と健康・若返りのため、一緒にしませんか・咄囃  
ご来場 お待ちしております。10・11・12月は次月分発表

毎月2回開催 次月は以下の通りです。

場 所 八尾市プリズムホール 5F 練習室1

日 程 9月5日(水)・19日(水)

時 間 PM1:30-PM4:00

時間割 PM1:30-PM2:30 健康ダンスの基礎

30分 休憩

PM3:00-PM4:00 ストレッチ ヨガ

※【ご持参頂くもの】

☆運動しやすい服装 ご参加 一人 一回100円

☆床敷き用スポーツタオル又はマット

☆汗ふきタオル ☆水筒 ☆上靴

申し込み・お問い合わせ TEL.072-993-5069

ひろみ 島村 欣隆

ジャンル: [ウェブログ](#)

コメント

0

ツイート

G+

いいね! 0

シェア

« [ご案内:「講演会 わにわに...」](#) | [トップ](#) | [ご案内:「ワタシ」の生き方...](#) »

## このブログの人気記事

[亀井小学校区 校区集会所!](#)

[おいしい防災塾説明会&お菓子ポシェットづくり](#)

[" さようなら涙の最終公演 "](#)

[第六回河内木綿まつり \(9/20~9/21開催!\)](#)

[【みんなの学校】上映会 at 八尾市生涯学習センタ...](#)

[ご案内:「河内木綿まつり」](#)

[久宝寺こうえんマルシェ](#)

[達人が伝達！主婦のためのお金が貯まる省エネ家計術](#)