

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：「健康ダンスの基礎とストレッチヨガ」

2013-01-20 19:29:06 | 市民活動情報 (行事案内等)

登録団体の行事のご案内です。

ほほえみ レッスン予定日のお知らせ

【ご注意】2・3月は会場が『サポートやお』に変わります。※下記参照

「健康ダンスの基礎とストレッチヨガ」

※2013年は少～しレベルUPをします。

美容と健康&若返りと転倒予防に、一緒にしませんか。

【指導者】

健康ダンスの基礎：妙谷 まさ子さん



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-tsudo.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！

-  [2017 越後妻有 雪花火](#)
-  [国立新美術館で、『草間彌生 わが永遠の魂』を見ました。](#)
-  [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](#)
-  [ゴジラバス@新宿](#)
-  [メジロと桜](#)

ストレッチヨガ：緒方 夏江さん

開催日（月2回開催）：2月5日（火）・2月19日（火）

時間：午後1時30分～午後3時45分

場所：サポートやお 2階会議室1・2 ※下記参照

時間割：A：午後1時30分～午後2時30分：健康ダンスの基礎

休憩15分

B：午後2時50分～午後3時45分：ストレッチヨガ

※A/B 別々受講OKです。

参加費（1回・1人）：100円

持ち物：運動しやすい服装・汗ふきタオル・水筒・上履き・ヨガマット又はバスタオル

備考：飛び入り参加OKです。会員のご入会は自由です（月150円）。
会員様には毎月順次ご案内します。

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

.....【3月確定分】.....

3月5日(火)・26日(火) サポートやお2階 第1・2会議室

※サポートやお

新八尾徳洲会病院前を南へ青山町4丁目交差点東へ80メートル

八尾市立総合体育館“ウイング”から西へ50メートル

「健康ダンスの基礎とストレッチヨガ」

お問い合わせ・申し込み：ほほえみ 島村 よしのぶ

TEL：072-993-5069

詳細はちらし(画像)をご覧ください。

クリックすると大きく表示されます。

↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓

まる省工ネ家計術

久宝寺寺内町で婚活！

全労済 地域貢献助成事業 2017

「大阪帝塚山ロータリークラブ社会奉仕基金助成金」2017年度のお知らせ

八尾市文化・スポーツボランティアバンク「まちなかの達人」

わがまち発地域力写真展&市民ふれあい課企画展

”八尾の祭りとはっぴの話”と参加者交流会

>> もっと見る

カテゴリー

大阪府の市民活動情報(1)

事業者等の社会貢献活動(2)

地域活動情報(35)

相談対応(3)

インポート(3)

市民活動関連情報（地方新聞）(96)

「ニュースつどい」(55)

NPO法人向け情報(3)

助成金情報(30)

スタッフ紹介(7)

八尾市関係（行事案内）(61)

「つどい」環境配慮の取組み(20)

市民活動情報（行事案内等）(537)

「つどい」の主催行事とお知らせ(138)

スタッフのひとりごと(90)

日記(0)

ほほえみ 25年2月・3月 レッスン予定日 の お知らせ

【ご注意】2・3月は会場が「サポートやお」に変わります。下記参照

※美容と健康ら若返りと転倒予防に 一緒にしませんか



【指導者】健康ダンスの基礎 - 妙谷まさ子さん
ストレッチ・ヨガ - 新方宮江さん

※25年は少～しレベルUPをします。飛び入りOKです。
会員様には毎月順次ご案内します。ご入金は(会費月150円)自由です。

日時 25年2月5日(火)・2月19日(火)
PM1:30 ~ PM3:45

場所 サポートやお 2F 会議室1・2 下記参照

時間割
A: PM1:30? PM2:30 健康ダンスの基礎
休養 15分
B: PM2:30? PM3:45 ストレッチ・ヨガ

A/B 別々受講OKです。月2回開催 1月のみ1回 参加費1回 100円

【持ってくる物】運動しやすい服装 ・ 汗ききタオル ・ 水筒
ヨガマット又はバスタオル ・ 上履きシューズ

.....[25年3月確定分].....

3月5日(火)・26日(火) サポートやお2F 第1・2会議室
新八尾徳洲会病院前 南へ青山町4丁目交差点東へ80メートル
八尾市立総合体育館「ウイング」西へ50メートル

【お問い合わせ・お申し込み】
ほほえみ TEL.072-993-5069 志村よしのぶ

ジャンル： [ウェブログ](#)

[コメント](#)

0 ツイート

[< 月間「八尾で一句」募集!!!... | トップ | 市民活動関連情報：「印南に... >](#)

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工ネ家計術](#)