

市民ヨガ教室を開催します

ヨガの精神や基本の動きを学び、運動習慣を身につけていただくことを目的に、市民ヨガ教室を開催します。

※託児もありますので、ご利用ください。

1. 日時 令和8年6月4日～7月2日 毎週木曜日 全5回
午前10時～11時30分
2. 会場 諏訪市総合福祉センター（いきいき元気館 3F 交流ひろば）
3. 講師 宮澤 佳子 先生（ヨガインストラクター）
4. 対象 諏訪市在住、在勤、在学の方
5. 定員 託児付き：5名 託児無し：25名
※定員を超えた場合は初めての方を優先し、抽選で参加者を決定。
6. 参加料 500円（全5回分、教室初回に集金）
7. 申し込み 5月1日（金）午前9時～15日（金）午後5時までに、
諏訪市ホームページからながの電子申請サービスでお申し込みください。
8. 託児 ・対象：0歳児（生後3か月以上）～未就学児 ・費用：無料

申込用 QR→



諏訪市教育大綱 基本理念

誰もが輝き 誰もが幸せ
新たな時代を切り拓き
つながり続ける **学びの和**

〒392-0016 長野県諏訪市豊田 811-1
しんきん諏訪湖スタジアム内
長野県 諏訪市 教育委員会事務局
スポーツ課 スポーツ振興係
（担当）小沢佑季
電話 0266-57-2811 F A X 0266-57-2813
メール sports@city.suwa.lg.jp