

浦和コミュニティセンター

# Yumi ヨガスケジュール

予約不要！  
どなたでも参加 OK！

Yumi ヨガでいつまでも若々しく元気に!!

~11月~

3日 10日 17日



 Yumi ヨガ®

~12月~

1日 15日 22日



~2026年1月~

5日 12日 26日

★すべて月曜日です

場 所 : さいたま市浦和コミュニティセンター  
(浦和 PARCO・コムナーレ 10F レクルーム2)  
浦和駅東口徒歩 1 分

時 間 : 10:30~11:30  
30分前より受付開始(先着順)

※5分前で受付終了とさせていただきます。

受講料 : 1 回 1,000 円(税込・保険料込み)

持ち物 : ヨガマット(バスタオル可)、飲み物、タオル

※レンタルマットはございません

～受講される方へお願い～

◇体調および貴重品の管理は自己責任にてお願いします。

◇風邪の症状など、体調がすぐれない時は利用をお控え  
ください。

◇マスクの着用は個人の判断でお願いしています。

◇定員は 20 名程度とさせていただきます。

受付先着順となりますのでご了承ください。

◇5分前には準備を整え、マットの上でお待ちください。

◇初めての方は「受講同意書」のご記入をお願いします。

◇お問い合わせはこちらまで

