

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！！

～2026 年 1 月～

5 日 12 日 26 日



 Yumi ヨガ®

～2 月～

2 日 16 日 23 日



～3 月～

2 日 9 日 23 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

