

光陽館自主サークル紹介



現在活動中のサークルです
お問い合わせは光陽館まで



曜日	サークル名	内 容	開催日時	
月	パドマ	ヨガ	毎週	10:00~11:00
	プラナ	ヨガ	毎週	11:15~12:15
	痛み改善エクササイズ	痛み改善	月2回(変則)	13:00~15:00
	HEC	英語学習	毎月第1,3	10:00~11:30
火	ガネーシャ	ヨガ	毎週火曜	19:00~20:50
	光陽フィットネスライフ	フィットネス	毎月第2	13:45~15:45
	光陽カラオケ教室	新しい演歌を習う	毎月第1,3	10:00~11:45
	光陽ゴスペルクワイヤ	ゴスペル	毎月第1,3	13:00~16:00
	赤城吟詠会光陽教場	詩吟	毎月第1,3	10:00~12:00
	光陽書道会	書道	毎月第2,4	9:30~11:40
	絵手紙愛好会	絵手紙	毎月第4	13:30~15:30
水	TOMO	ピラティス	毎週	9:45~10:45
	リーフ	ストレッチ体操	毎週	11:00~12:00
	ピラティスクラブ	ピラティス	毎週	19:00~20:00
	安中橡会	俳句	毎月第	13:00~16:00
	フレンズ	英語学習	毎月第1,3	10:00~11:30
	B・S・L	中学英語のやり直し,英会話	毎月第2,4	9:30~12:00
	光陽男性ヨガクラブ	ヨガ	毎月第2,4	13:30~15:00
木	スマイル	ヨガ	毎月第2,3,4	10:45~12:15
	カパルア	フラダンス	毎月第1 毎月2,4	13:00~14:30 15:20~16:20
	コロハ	親子フラダンス	毎週	16:30~18:30
	ソル・イ・ルナ	フラメンコ	毎月第2,4	13:30~15:00
	おみくじの会	カウンセリングの勉強	偶数月第3	9:30~12:30
金	ビジョントレーニング	機能改善	毎週	19:00~21:00
	ホアロハ	ウクレレ	毎月第1,3	13:30~15:30
	さくら貝	童謡・唱歌、わらべ歌、流行の歌を歌う	毎月第4	13:00~15:30
土	サマーディ	ヨーガ療法をとり入れ、健やかで しなやかな身体とココロを目指す	毎月3回 (変則)	14:40~16:50
	西毛筋トレクラブ	やさしい筋力トレーニング	毎週	10:00~11:00
	写真クラブ令和安中	写真	毎月第1	13:00~16:00
日	コンディショニングクラブ	身体調整運動	毎月第1	10:00~12:00

偽のショッピングサイトに注意してください！！

被害
防止対策

- 購入前☞ショップ名、会社概要の情報をインターネットで検索し、よく確認！
- 少しでも不審点がある☞そのショップの利用を止める！

☆☆便利なネットショッピング。騙されないように細心の注意を心がけましょう☆☆



岩井市長も真剣な眼差しで観覧

ご報告

スプリングフェスティバル

2月7日(土)に行われた『スプリングフェスティバル』
たくさんの方に『光陽館活動写真パネル展示』をご覧いただき、
ありがとうございました。



市民の方々も興味津々♪