

野洲市ホームページ掲載

(ふりがな) 団 体 名	さざなみ yoga さざなみ yoga		
団体ホームページ		設立年	令和 7 年(2025 年)3 月
構 成 員 数	20 名		
代 表 者	(ふりがな) 氏 名	いしはら なおみ 石原 尚美	
	電 話		
	FAX		
	E-mail		
副 代 表 者	(ふりがな) 氏 名		
	電 話		
	FAX		
	E-mail		
活動目的	yoga を通じて、心と身体の健康維持を促進する		
活動内容	ゆっくりと深い呼吸とゆっくりした動きで体を動かすことで、身体のこわばりや疲れをゆるめ、体を動かすことで筋力 UP とストレスを解消しています		
活動日時	水曜日 10:30~11:45 金曜日 13:30~14:45		
主な活動場所	野洲図書館 コミュニティセンターきたの		
会 費	800 円/回		
主な活動分野	スポーツ		
活動分野			
活動分野			