

令和5年 耕人の会年間計画

耕人の会事務局

〈ヨガの部〉

日時 毎月第4火曜日
午前10時15分から午前12時
場所 耕田院
会費 毎回1500円(講師代、お茶代)
内容 赤ちゃんヨガと一緒にだれでも楽しめるヨガ
体を伸ばして、リフレッシュしましょう。
講師 佐藤 優美子先生(E life yoga インストラクター)

日時	日時
2月28日(火)	8月22日(火)
3月28日(火)	9月26日(火)
4月25日(火)	10月24日(火)
5月23日(火)	11月28日(火)
6月27日(火)	12月26日(火)
7月25日(火)	

〈料理の会〉

年2回ほど、精進料理を中心とした調理実習と会食を計画しています。

5月20日(土)「第2回 精進料理の会」

講師 藤井まり先生(精進料理研究家)