144	けいえすたいそうくらぶ KS体操クラブ			【会員募集中】	体操
活動内容	会員相互による自主的体操グループです。主にストレッチ・筋肉トレーニング等を行なっています。女性の多いクラブで楽しくやっています。			対象者	市内、近郊にお住いの方で個人参加者
会員数	43人　（男性　3 人・女性　40 人）　50～80歳前半				
会費	入会金	1,000円	年会費	-	活動日	毎週水曜日
	月会費	1,500円				
	その他	ヨガマット、スポーツドリンク、タオル			活動時間	午前10:00～正午 又は午後2:00～4:00
主な活動場所	市民プラザ、アビスタ、近隣センター等				
ホームページ	なし			指導者	自主指導

180	よが くらぶ おーろら ヨガ クラブ オーロラ			【会員募集中】	ヨガ
活動内容	腹式呼吸でゆっくりと無理なく体全体をほぐしていくヨガです。少人数ですので一人一人の状態をみながら進めます。正しく美しい姿勢、肩こり腰痛予防etc			対象者	どなたでも 現在女性のみですが男性の方もどうぞ 初級と中級クラスがあります
会員数	10人　（男性　0 人・女性　10 人）　60～70歳台				
会費	入会金	-	年会費	-	活動日	月2回　第1・3木曜日
	月会費	1,500円（1回毎）				
	その他	-			活動時間	午後1:00～2:30(中級) 午後2:40～4:10(初級)
主な活動場所	根戸近隣センター（和室）				
ホームページ	なし			指導者	岩田　悦子

202	ばりあふりーあろまよがのかい バリアフリーアロマヨガの会			【会員募集中】	ヨガ
活動内容	障害者と健常者が共に理解しあい、交流を深め、一緒に心身の健康づくりをします。月曜夜はアロマヨガで資料あり。金土日の不定期日中ダンスセラピーはアロマや資料なし。			対象者	静かにできる方 妊娠している方は不可
会員数	13人　（男性　3 人・女性　10 人）　20～60歳台				
会費	入会金	-	年会費	-	活動日	毎週火曜日
	月会費	3000円				
	その他	障害者手帳割引あり			活動時間	19時30分～ 1時間
主な活動場所	北近隣センター並木館				
ホームページ	なし			指導者	藤本　博子