

『春ヨガ』

内容 春から一緒にヨガしましょう！
今回のテーマは“骨盤”
ヨガ初心者さんも大歓迎です♪

日時 4/26(金) 10:30~12:00

講師 ヨガインストラクター 田口麻里さん

定員 先着8名様

参加料 700円(ハーフティアー付き)

持ち物 ヨガマット、水分、汗拭きタオル
動きやすい服装

※ヨガマットをお持ちでない方はご相談ください！



いこえーる2月のイベント報告

“いこえーる”では北海道文教大学商品開発研究会の学生さんや、
e-niwa パーソナリティ 諸澤美由紀さんとコラボした料理教室
その他楽しいイベントを大好評開催中です！2月の内容をご紹介します♪

諸澤美由紀さん料理教室 『手ごねで作るパン教室』

アンケートでもリクエストが多かった
パン教室を初開催いたしました！
今回は手ごねでベーグルとちぎりパンを作り
ガスオーブンとグリルの2つで焼きあげました♪
パン教室は4月と5月にも開催いたしますので
ぜひ参加してみてくださいね！



北海道文教大学さん料理教室 『旬のものを使ったひな祭り料理で もっと可愛くならろう！』

今回はひな祭りをテーマに
ちらし寿司や菱餅風のプリンなど
可愛らしい料理が数多く並びました！
ポテトサラダで作るお雛様とお内裏様は
参加者さまに大好評でした☆



どなたでもご参加できますので、ぜひ一度遊びにきてください♪

他にもいこえーるの色々な活動が盛りだくさん！
北ガスジェネックスのホームページをぜひご覧ください。

パソコン・スマートフォンから

北ガスジェネックス

検索

