



New  
3月  
29  
[SAT]

## 新月の音浴会 ～新月に願いを託すシンギングボウルの癒しの時間～

Atelier 心音

新月の願い事を書き、シンギングボウルの音で願いが叶う自然な流れに乗れる心と波動を整えていきます。

🕒 14:00～15:00 🧑 10名  
💰 1,500円 【お問い合わせ・ご予約】  
※持ち物: ヨガマット・又はバスタオル (敷いて横になっていただきます)  
前日にボタンや金具のないトレーナーなどの服装 (上半身にボウルを乗せることがあります)



※体内にボルトなど金属が入っている方、抜歯して3日以内の方、妊娠中の方は倍音浴のみではシンギングボウルは乗せませんのでお申し出ください。ベースメーカー装着の方は医師にご確認の上お申し込みください。

## お子様見守り託児付き ママの為の骨盤ケアヨガ

TOMOMI

骨盤周りの筋肉をほぐし、鍛えることで妊娠、出産によって弱った筋力を取り戻します。骨盤ケアストレッチをすることで、美姿勢へと繋がり身体の様々な不調も改善。

🕒 10:45～11:45 🧑 7名

💰 1レッスン2,000円  
+お子様連れの方は託児料300円



イベント詳細・  
ご予約はこちらから▶

New  
3月  
30  
[SUN]

## おとな・こどものための春のおどり体験会

日本舞踊 いろみ会

日本のおどり=日本舞踊を楽しく体験!  
"はじめて" "やってみよう"  
どなたでもご参加ください!

🕒 ①おとな 10:30～11:30 ②こども 12:00～13:00  
💰 ①おとな 1,000円 ②こども 800円  
🧑 各回15名

※持ち物: 汚れてもよい靴下 (お持ちでしたら足袋) 【お問い合わせ】  
※動きやすい格好 (ズボン推奨) でご参加ください。 hideoyaka.tsumi@gmail.com



3月  
31  
[MON]

## 大人も!子どもも! みんなで楽しくコアエクササイズ!

なかむら和氣整体 中村悦久

運動能力アップ! 集中力もアップ! スポーツが楽しくなる簡単コアエクササイズ。初心者、お子様、大人も大歓迎!

🕒 10:45～11:45 (10:30～受付開始)

🧑 16名 ※小学生以上の方がご参加可能です。  
💰 2,000円 ※小中学生半額 ※親御さんの付き添い見学可 (無料)  
※持ち物: お水、タオル ※動きやすい服装でお越し下さい。ご予約はこちらから▶



イベント詳細・  
ご予約はこちらから▶

New  
4月  
6  
[SUN]

## チョークアート 春の1Day Lesson

紫藤 美喜 (chalk & signartproject 認定講師)

チョークアートでミモザのウエルカムボードを描きます。下描きに色を塗るので初心者でも大丈夫です。

🕒 11:00-13:00 🧑 8名

💰 3000円 (税込) 材料費、画材代含む (イーゼルはプレゼント)

※ペットボトルなどお持ちになりご自由に水分補給をしてください。  
小学3年生以下のお子様は保護者同伴をお願いします。



4月  
5  
[SAT]

## 親子で使える エシカルネイルワークショップ

Eucaly, G'day English

お好きな香りやカラーを選んで世界に一つだけのオリジナルネイルを作りませんか。材料は自然由来なものを使用するのでお子様も一緒にお使いいただけます。

🕒 10:30～12:00 🧑 10組

💰 3,500円 (ネイル1本、ネイルリムーバー1本)  
当日、ネイル1本500円で追加も可能  
※エプロン (洋服が汚れる可能性もあるためお持ちいただくことをおすすめします)



ご予約・詳細▼  
(Instagram) @eucaly.life

4月  
8  
[TUE]

## 親子で楽しむアロマリップ作り

橋本江希菜

植物由来のお肌に優しい素材で作るアロマリップ (口紅) のワークショップです! 好きなカラー、好きな香りで自分だけのオリジナルリップが作れます!

🕒 ①10:30～12:00 ②13:00～14:30

🧑 各回10名 💰 3,500円 (リップは大人1本、子供1本の計2本)

※持ち物: お洋服の汚れが気になる方はエプロンをお持ちください。  
(リップの色付けにメイクといふ色付けのパウダーを使用します)  
※お客様の対象年齢はございませんが、小さなビーカーで材料を混ぜたり温熱する作業がございます。  
1人で作業が難しいお客様は親御様がお手伝いいただきながら火傷にはご注意ください。



New  
4月  
7  
[MON]

## 1～ゆるめてととのえる～リラックスヨガ ②～姿勢美人になる～若返りヨガ

KICO

①腰痛、肩こり、尿漏れ、生理痛、更年期障害、イライラ、落ち込み、脚等に悩む女性のためのヨガ。ヨガ初心者大歓迎です。  
②『ゆるめる・インナーマッスル・軸』を大事にし、心身ともに元気になるヨガ。不調があり生きづらさを感じている方、お待ちしております!

🕒 ①10:30～11:15 ②11:30～13:00

💰 ①1,500円 ②2,500円 ※①②両方参加の方3,000円

🧑 ①5名 ②7名 ※持ち物: 動きやすい服装、ヨガマット (レンタル1枚200円)  
※危険なポーズは行いませんが、無理のないよう方には十分ご注意ください。  
ご予約・お問合せ: kicoyoga20161022@gmail.com



4月  
10  
[THU]

## 自分で仕事を始めたい方への ファーストステップ講座

sarry・chikako

ピラティスで体の奥コアを鍛えて体幹を強化、陰ヨガで関節や筋膜に働きかけ血の流れを促します。心も体もリフレッシュの2時間です。

🕒 10:30～12:45 🧑 15名 💰 3,000円

※持ち物: 動きやすい服装、ヨガマット、水、汗拭きタオル  
☆ヨガマット無い方レンタル100円でお貸しします  
※危険なポーズは行いませんがケガには自己責任で十分に注意しお願い致します。



## 自分で仕事を始めたい方への ファーストステップ講座

MOM

経験豊富な講師が伝授! 仕事を長く続ける秘訣と具体的なコツを学べる講座です。

🕒 10:30～12:30 🧑 20名

💰 3,000円

※持ち物: 筆記用具  
※起業をしている、していないに関わらずご参加可能です。  
【お問い合わせ】 mom.ebina@gmail.com



🕒 時間 🧑 定員 💰 料金

ビナウォーク コミュニティルーム  
**ビナまちリビング**  
VINA MACHI LIVING

参加予約  
はこちら



Instagram  
はこちら



人が集い・繋がる・憩いの場となるコミュニティ拠点  
趣味や学び、暮らしに寄り添った様々なイベントを開催いたします。

【利用時間】  
10:00～20:00

(アクセス)  
ビナウォーク  
5番館  
M2階



※当日参加OKの記載があるイベント以外は、必ずご予約をしてください。  
※イベント内容は、諸事情により予告なく変更または中止となる場合がございます。※価格は税込表示です。  
※各イベントの詳細はビナまちリビング公式Instagramをご確認ください。  
※ビナまちリビングは、小田急ポイント・駐車サービスの対象外です。

