

2025
EVENT



ビナウォーク コミュニティルーム

ビナまちリビング DIARY

VINA MACHI LIVING



7
June

7月
3
24
【THU】

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、
O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！

① 10:30～11:15 ② 11:30～13:00

① 1,500円 ② 2,500円 ※①②両方参加の方3,000円

① 4名 ② 6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、無理のないようケガには十分ご注意ください。

ご予約・お問合せ：kicoyoga20161022@gmail.com



New
7月
5
【SAT】

尾崎洋子の『筆遊び彩書』教室

尾崎洋子 杏空(きょうくう)認定講師

顔彩と水筆を使って、かな文字や漢字を絵のよう
に表現する書道のアレンジ！身近な文字に彩りを
添えてあなただけの作品に仕上げませんか？

① 13:15～16:45 (要予約) ② 定員なし

③ 初回体験 1,500円、2回目以降2,500円

(お友達紹介500円引き)

※持ち物：ポケットティッシュ

※ご都合にあわせてお好きな時間でどうぞ！(作品制作は1時間ほど)



①ナチュラルケアワークショップ ②ナチュラルペットケア講座

team pono

ナチュラルケアワークショップでは、お好みの香りで
オリジナルアイテムを作ることができます。ナチュ
ラルペットケア講座では、飼い主さまからペットさんへ
できるケアの深いお話しをさせていただきます。

① 10:00～12:00 ② 13:00～16:00

③ 各回10名 ④ ①2,500円 ⑤ ②8,800円

※エッセンシャルオイルは自己責任となります。

植物アレルギーの方はご注意ください。



chisaピラティスヨガ

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。

① 10:30～12:45 ② 15名 ③ 初回3,000円、2回目以降4,000円

※持ち物：動きやすい服装、ヨガマット、水分、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充分に注意しお願いします。



夏だ！ヨガだ！縁日だ！ 海老名 夏フェス

飯野ともみ・もりあみ・秀野まいこ

脳トレ要素たっぷりの縁日ブース、みんなで協
力して行うゲームやヨガポーズなど、楽しめる
こと間違いなしのスペシャルプログラム！

①【1部】10:45～12:00 (10:30開場)

②【2部】13:45～15:00 (13:30開場)

③ 各回10名

④ 3,000円 (きょうだい参加+1名につき1,000-1,500円)

ご予約はこちら▶



夏を先取り！海色キーホルダー作り

UMIRO (うみいろ) JUNKO

ひとつだけのキーホルダーを作ってみませ
んか？レジン初心者さんも大歓迎！波模様
の作り方も伝授します。手ぶらOK・思い出
づくりにぴったり◎

① 11:00～12:30 ② 13:30～15:00

③ 各回4名 ④ 2,000円

※汚れても良い服装でお越しください。



「いざという時のために心の準備しませんか？」 介護福祉士と心理カウンセラーコラボセミナー

agreeableサロン 山田友紀

介護のプロと介護現場に携わってきた心理
カウンセラーがいざという時に慌てない秘
訣をお教えいたします。

ご予約はこちら▶

① 10:30～12:30

② 10名 ③ 2,000円

※持ち物：筆記用具、飲み物



ビナまちリビング専用予約フォーム

参加予約はこちら



ビナまちリビング

instagramはこちら



New
7月
9
【WED】

色と体質から見つける自分の整え方

池谷優衣/小泉弘美

色から心を、体質チェックから身体を読み解く、
2時間のセルフケアワークショップ。今の自分
の状態を知り、自分に合った整え方や食事・香り・
セルフケア法がわかります。

① 10:30～12:30

② 2,500円 ③ 10名

※持ち物：なし



New
7月
12
【SAT】

ビナまち産後ケアサロン

子育てサポート WithMammy

メインセミナー「仕事と子育てどっちも大事！
上手な両立のヒント」のほか、専門家の子育て
相談、親のためのワークショップ、子育てに
役立つサービスや商品の紹介などなど、複合型
の産後ケアサロンです。

① 10:00～15:00 ② 入場無料 (有料コンテンツあり)

ご予約・お問合せ：withmammy@gmail.com



7月
14
【MON】

己書 海老名ビナまちリビング幸座

己書しゃうちゃ道場 だくみ

己書幸座。筆ペンを使って独特な書体で作品を
仕上げます。己(自分自身)の個性を活かして素敵
な作品を完成させましょう。

① 13:15 - 14:45 ② 15:15～16:45

③ 各回6名 ④ 初回1,100円/2回目以降2,200円

※持ち物：特になし。1回目は筆ペンレンタルあり。2回目以降は購入必須です。

※汚れても良い服装でお越しください。



New
7月
16
【WED】

この夏本気ダイエット！整体×ピラティス

池谷優衣/鬼頭慶光

整体で緩めて、ピラティスで整えるハイブリ
ッドレッスン！
6つの体質から読み解くダイエットへの近道

① 10:30～12:30

② 10名 ③ 2,500円

※持ち物：マット (先着3名まで貸出200円でレンタルマットは
あります。事前のお申込みをお願いします)・飲み物・動きやすい服装・タオル



※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。
※価格は税込表記です。
※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・ビナウォーク駐車サービスの対象外です。

2024
EVENT



ビナウォーク コミュニティルーム

ビナまちリビング DIARY

VINA MACHI LIVING



7
June

7月
18
【FRI】
28
【MON】

ママの為の骨盤ケアヨガ ★28(月)はお子様見守り託児付き★

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。骨盤ケアトレをする事で、美姿勢へと繋がります。身体の様々な不調も改善。28日は保育士さんによるお子様見守り付き、ママのためのレッスンです。

🕒 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 (25(火)のみ)

イベント詳細・
ご予約はこちら



スペシャル
イベント

7月
20
【SUN】

ビナまちリビング 1st Anniversary! みんなで描こう! 巨大チョークアート

ビナウォーク

『ビナまちリビング』の誕生1周年を記念して、みんなで描く特別なチョークアート体験イベントを開催します! ぜひご参加ください。

🕒 11:00~16:00

🧑 参加型巨大チョークアート: 120組

アウトドアチョーク: 200組

チョークアート号: 200組

💎 無料 参加条件: ビナまちリビングInstagramのフォロー



7月
22
【TUE】

骨で支えるヨガ

こころつながりYOGA/Shoko

無理に姿勢を直さなくてもOK!
骨に意識を向けるだけで、体が勝手に楽になる? 心地よさをとことん追求した「骨で支えるヨガ」一緒に体験しませんか?

🕒 10:30~12:00 🧑 10名

💎 3,000円 (初回500円引き、お友達紹介500円引き)

※持ち物: ヨガマット、ブランケット、動きやすい服装、お水、タオル

(※マットレンタルは予約の際にお知らせください)

※持病のある方はご予約時にご記入ください。 ※ご予約は上記メールアドレスに「骨」と送信してください。折り返しご連絡いたします。

怪我のないよう細心の注意を払っていますが、レッスン中の怪我は自己責任での受講をお願いします。



【予約・お問い合わせ】
kokorotsunagi.yoga@gmail.com
※ご予約は上記メールアドレスに「骨」と送信してください。折り返しご連絡いたします。

7月
24
【THU】

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、O脚等に悩む女性のためのヨガ。ヨガ初心者大歓迎です。
②「ゆつめる・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

※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、無理のないようケガには十分ご注意ください。

ご予約・お問合せ: kicoyoga20161022@gmail.com



7月
29
【TUE】

おとなの学校「お金」

MOM

お金に関する正しい知識を学び、自分の資産は自分で守りましょう。それが自分と家族を守ることに繋がります! これまでマネーセミナーに参加したことがない方も大歓迎。

🕒 10:20~12:15 🧑 20名

💎 無料

※持ち物: 筆記用具 ※どなたでもご参加いただけます。



ご予約は
こちらから

【無料】正しい靴の選び方 相談会

株式会社インバクトレーディング フットケアラボ新横浜

年齢問わず「健康に歩く」「ための歩きやすい靴」のポイント、足のサイズ計測はもちろん、靴の履き方などお気軽にご体験頂けます。

🕒 14:00~16:00 🧑 20名

💎 無料

※持ち物: 普段履いている靴、動きやすい服装

※当日、相談会風景等の写真や動画を撮影させていただきます。

撮影NGの方はお知らせください



ご予約は
こちらから

7月
19
【SAT】

Ice Cream Paint Workshop

PAINT PARTY

お洒落な空間の中でキャンパスに可愛いアートペイントをしていただくワークショップです。今回のテーマはPOPで可愛いアイスクリームのペイント! ガイド付きなので初めてでも大丈夫! 夏の思い出に親子でぜひご参加ください!

🕒 13:30~16:30 🧑 10名 💎 5,000円

※ペイントにアクリル絵の具を使用します。お洋服について絵の具が固まってしまうと落ちなくなってしまうので、万が一汚れてしまっても大丈夫な服装をおすすめします。

お問い合わせ先▶①paintparty.jp@gmail.com にメール

②Instagram: @starparty.stanady, または @444.aki のDMから



7月
21
【MON】

耳つぼジュエリー体験講座

~耳から始まる優しいセルフケア&リフトアップ体験~

strigarden / 横山真実子

耳には全身につながる「つぼ」がたくさんあります。この講座では、耳つぼの基礎とつぼの位置、活用方法をわかりやすくレクチャー。おしやれに楽しみながら、不調のケアを始めてみませんか?

🕒 10:30~12:00 🧑 10名

💎 4,500円【当日のお渡し内容】耳つぼジュエリー12粒・耳の反射区マップ

※持ち物: 持ち物: 置き鏡、飲み物 ※妊婦の方はご遠慮ください。持病をお持ちの方は医師に相談の上ご参加ください。 ※10:20より入室できます



7月
23
【WED】

大暑にスッカリ! 季節の身体を整える

~コアエクササイズと食と薬膳茶~

なかむら和氣整体 中村悦久

一年で一番暑い季節『大暑』に涼しい身体へ整える。暑さのピークから秋を健やかに迎える養生のお話と美味しい会食タイムも!

🕒 10:45~13:30 (受付開始10:30)

🧑 6名 💎 4,000円

※持ち物: お水、タオル

※動きやすい服装でご参加ください。



ご予約はこちら

7月
25
【FRI】

キラキラコインケース

中田 麻里

人気のキラキラテープで華やかなコインケース作り! 縫製済みの内布付きで金セットまで楽しく完成!

🕒 10:30~13:30 🧑 4名

💎 3,000円 (材料費込)

※当日、作業風景等の写真や動画を撮影させていただきます。撮影NGの方はお知らせください。



7月
30
【WED】

小田急ONE会員限定

「サントリースペシャルセミナーin海老名」

小田急ONE(オーネ)事務局「小田急電鉄株式会社」

専門講師のセミナー。前半「肌活セミナー」お手軽スキンケア、後半「プレモルセミナー」お酒の正しい知識、美味しい注ぎ方紹介。

🕒 ①10:30~11:30 ②12:00~13:00 ③13:30~14:30

④15:00~16:00 ⑤16:30~17:30

💎 100円 (おひとり様) 🧑 各回30名

※持ち物: 筆記用具 (セミナー内容のメモ用として) ※20歳以上の方のみご参加いただけます。

(20歳未満の方の参加・同席不可) ※当日中に運転をされる方は参加できません。



ご予約は
こちらから

※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。
※価格は税込表記です。
※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・ビナウォーク駐車サービスの対象外です。

ビナまちリビング専用予約フォーム

参加予約はこちら



ビナまちリビング

instagramはこちら



時間 定員 料金