

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



3月
2
【SUN】

本物そっくりのミニチュアパンがくれる！ 食品サンプルワークショップ

ビナまちリビング

いちごサンド・たまごサンド・メロンパン・クロ
ワッサンの中から一つ選んで、ミニチュアパン
の食品サンプルをお作りいただけます。



🕒 10:30受付開始 ①11:00〜/②13:00〜/③14:00〜/④15:00〜
⑤60名(各回15名) ⑥500円で1回参加できます

※キットは各15セット用意しておりますが、なくなり次第終了となりますので、パンの
種類はお選びいただけない場合がございます。

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。



🕒 10:30〜12:45 ⑦15名 ⑧3,000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をお願い致します。

3月
6
【THU】

子ども姿勢ヨガ

飯野ともみ・nanami

子どもの姿勢と心が変わる【子どもヨガ】
ヨガポーズや感覚遊び、ゲーム等も取り入れ
子どもが自らやりたいくなるヨガの時間です。



🕒 10:30〜11:30 (10:15〜入室可)

⑨モニター価格1人1,000円

※予約フォームよりご予約が完了しましたら、
講師の公式LINE又はInstagramのDMに

①お名前 ②お子様の参加時の月齢)の
ご連絡をお願い致します。

※3月のレッスンはモニターレッスンとなります。

レッスンの様子を講師のSNS等でご紹介させていただきますので、【お問い合わせ】(公式LINE) <https://lin.ee/1H0A5i>
(Instagram) @tomomi_ino

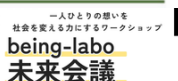


being-labo未来会議

～一人ひとりの想いを社会を変える力にするワークショップ～

体験型コミュニティ being-labo

日々の生活で感じる「痛み、違和感、モヤモヤ」
から、「こんな社会だったらいいな」を共に考える
対話の場です。



🕒 10:00〜12:00 ⑩10名

⑪1,000円 ※持ち物：なし

※託児はありませんが、お子様連れ歓迎です

イベント詳細・ご予約はこちらから▶



3月
11
【TUE】

①～ゆるめてととのえる～リラククスヨガ

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

③1,500円 ④2,500円 ※①②両方参加の方3,000円

⑤15名 ⑥27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

3月
13
【THU】

初心者向け！心と体をやさしく整えるヨガの時間 Happy Cycle YOGA

3月
5
【WED】

こころつながりYOGA/Shoko

初心者でも安心！心と体をほぐし、ストレス解消と
元気をチャージできるヨガクラス。
やさしいポーズで、日々の疲れをリセットし、
心地よい幸せの循環を体感しませんか？

🕒 10:30〜12:00 ⑬15名

⑭2,000円(初回500円引き、お友達紹介500円引き)

※持ち物：動きやすい服装、お水、ブランケット、タオル、
ヨガマット(レンタルは事前にお知らせください)

【お問い合わせ】kokerotsunagu.yoga@gmail.com



詳細・ご予約



ベビトレヨガ

3月
7
【FRI】

飯野ともみ

首すわり〜3歳のお子さまとママのためのベビーヨガ！
赤ちゃんは身体の可動域トレーニングや脳トレーニングを行
い、心と身体を土台作りをサポート。ママは産後の骨盤調整
を行ったり、心と身体を整えていきます。我が子との触れ合
いだけでなく、親子でつながって笑顔が溢れるヨガの時間を
みんなで過ごしていきます！



🕒 10:30〜11:30 (10:15〜入室可) ⑮8組

⑯2,000円(ヨガマットレンタル+200円)

※予約フォームよりご予約が完了しましたら、
講師の公式LINE又はInstagramのDMに

①お名前 ②お子様の参加時の月齢)の
ご連絡をお願い致します。

【お問い合わせ】(公式LINE) <https://lin.ee/1H0A5i>
(Instagram) @tomomi_ino



己書 海老名ビナまちリビング幸座

3月
10
【MON】

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。



🕒 13:15 - 14:45

⑰各回4名 ⑱初回1,100円/2回目以降2,200

※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。

おうちでできる！1日5分コアエクササイズ じぶんでできる整体教室

3月
12
【WED】

なかむら和氣整体 中村悦久

軽く楽に動ける身体のポイントはコア(丹田)！
運動苦手でもできる簡単コアエクササイズです！
*女性スタッフのサポート有



🕒 10:45〜11:45 (受付開始10:30〜)

⑲12名 ⑳2,000円

※持ち物：お水、タオル

※動きやすい服装でお越しください。

～箱根を楽しむ～

寄木細工づくりと山のホテル ティーインストラクターによる
3種のアフタヌーンティー試飲会

(一財)箱根町観光協会・箱根寄木細工工房「るちろ」・
山のホテル・ビナウォーク

箱根寄木細工工房「るちろ」による寄木細工のコースター
づくりと山のホテル「サロン・ド・テロザージュ」の
ティーインストラクターによる3種の紅茶試飲会を
お楽しみいただけます。嬉しいお土産付きです！



🕒 13:00〜14:45 ㉑24名 ㉒2,000円

※開始10分前までに会場へお越しください

※参加料金は当日会場でキャッシュレス決済にて
お支払いいただきます。

ビナまちリビング
スペシャルイベント

3月
15
【SAT】

🕒 時間 ⑳ 定員 ㉓ 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

※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。
※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。



〈アクセス〉
ビナウォーク
5番館
M2階





LET'S FASHION SWAP ! 不要な服とトキメク服を交換しよう！

3月
16
【SUN】

REUSE POOL

不要な服と会場の服を交換できる◎
春夏服の交換会！持ち込み3点までチケットと交換可能。チケット1枚と服1点の交換制

🕒 11:00~15:00 🧑 100名

🎫 一世帯500円 ※持ち物：ある方のみ、不要なお洋服・ファッション小物など
※破損、汚れ、毛玉がひどいもの/使用済みのパジャマ、下着、肌着/SHEINなどのスーパーファストファッションのお持ち込みはご遠慮ください。



初心者向け！心と体をやさしく整えるヨガの時間 Happy Cycle YOGA

3月
19
【WED】

こころつなぐYOGA/Shoko

初心者でも安心！心と体をほぐし、ストレス解消と元気をチャージできるヨガクラス。
やさしいポーズで、日々の疲れをリセットし、心地よい幸せの循環を体感しませんか？

🕒 10:30~12:00 🧑 15名

🎫 2000円 (初回500円引き、お友達紹介500円引き)

※持ち物：動きやすい服装、お水、ブランケット、タオル、ヨガマット(レンタルは事前にお知らせください)
【お問い合わせ】 kokorotsunagu.yoga@gmail.com



詳細・ご予約



1~3月産まれちゃん集まれ！

BIRTHDAY PARTY

子育て相談サロンままカフェ

かかわいかわい我が子のお誕生日！
何度だってお祝いしたいですよね♡
ままカフェでも一緒にお祝いしませんか？

🕒 10:00~11:30 🧑 親子6組様

🎫 4,500円

※持ち物：飲み物・マザーズバック・お子様のおもちゃ等



ご予約はこちらから▶

Ebina よさこい 鳴子絵付け体験

予約
不要

3月
23
【SUN】

Ebina よさこい実行委員会

海老名中央公園で開催する「Ebinaよさこい2025」の鳴子絵付け体験をビナまちリビングで開催します！
絵付けをした鳴子を持ってよさこいを一緒に盛り上げよう！

🕒 10:00~ 定員に達し次第終了 🎫 無料

🧑 小学生以下のお子様限定 25名



いちごのアイシングクッキーワークショップ

3月
26
【WED】

toiro cookies

クッキーに苺とココア味のクリームでデコレーション！
甘い香りに包まれながらアイシングクッキー作りを体験しに来てください。お子様から大人の方までお楽しみいただけます。

🕒 11:00~12:30前後 🎫 1セット3,000円

🧑 20名

※材料に卵、乳製品、小麦粉を使用しております。



ご予約はこちらから▶

ママの為の骨盤ケアヨガ

3月
18
【TUE】

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、美姿勢へと繋がりが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



イベント詳細・
ご予約はこちらから▶



クリニックコンサート おとのはvol.4

3月
20
【THU】

えびなファミリークリニック ソラーレ

お子様から大人まで楽しんでいただける曲目で
プロのヴァイオリニストSatoeによるコンサート
を開催します。

🕒 13:00開場 13:30~14:15

🎫 50名 🧑 無料

※満席の場合は入場制限を行う場合がありますご了承ください



予約
不要

①ナチュラルケアワークショップ or ②ナチュラルペットケア講座

3月
22
【SAT】

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ってください。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をさせていただきます。

🕒 ①10:00~12:00 ②13:00~16:00

🧑 各回10名 🎫 ①2,500円 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遠慮ください。



ご予約・お問合せは
こちらから▶

美姿勢ヨガ

3月
25
【TUE】

山田淳子

正しい姿勢に導く為のポーズや動きを行う
クラス。美姿勢になる事で、見た目、身体
の中、心の若返りを目指す。

🕒 11:00~12:00 🧑 15名 🎫 1,500円

※1. 上下共に動きやすい服装、ヨガマット、お水、汗をふくタオルをご持参ください
2. 危険なポーズは行いませんがケガには自己責任で充分ご注意ください
3. インストラクターの指示に従い無理をなさらないようにしてください
4. レッスン中に体調不良を感じた場合はすぐにレッスンを中止してください



はちゃめちゃキッズ カラフルパーティー

3月
27
【THU】

飯野ともみ・もりあみ

うちでは出来ないはちゃめちゃ体験！カラ
フルな世界で五感と身体を使ってダイナミッ
クに遊びましょう！

🕒 10:45~11:45 (9:45入室可) 🧑 8組

🎫 2,500円 (きょうだい参加+1名につき500円)

※持ち物：お飲み物、いつものお出掛けセット 詳細・ご予約はこちらから▶



🕒 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

※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。
※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。



〈アクセス〉
ビナウォーク
5番館
M2階



▼ 海老名駅