

◇◇◇2021年度後期 新講座体験会等 一覧表◇◇◇

■ はフィットネス、■ 『新講座体験会』は開講前の体験会

●一覧表に掲載以外の講座や日にちでも「見学」や「おためし体験」ができます。ご希望の方はお問い合わせください。●必ず事前予約をお願いします!!

講座番号	講座名	講師	体験日時		参加費		場所	体験会内容
241	アクアフィットネス	クラブ専属 トレーナー	9/13	月 9:45~10:55	500円	おためし体験	2Fプール	水中で音楽に合わせて動くので、泳ぐのが苦手でも大丈夫。シェイプアップ効果も大。
193	はじめての水泳	水泳専門 コーチ	9/14	火 11:30~12:40	500円	おためし体験	2Fプール	水に慣れる、顔をつける、浮く~から始めます。
41	必殺減量作戦~やせる身体をつくろう~	クラブ専属 トレーナー	9/15	水 13:20~15:00	500円	おためし体験	2Fジム	脂肪が燃えやすく太りにくい身体づくりを目指します。
34 35	転ばない体づくり教室	クラブ専属 トレーナー	9/15 9/17	水 15:30~16:45 金 11:00~12:15	500円	おためし体験	2Fジム	筋力・バランストレーニング、ストレッチ体操で柔軟性を向上させます。
477	基礎からの楽々YOGA	尾古 恵	9/16	木 15:45~16:45	500円	おためし体験	2Fフロア	初心者でも体が硬くても安心して参加できます。
2506	はじめての囲碁入門	角 慎介	9/18	土 10:30~12:00	500円	新講座体験会	和 室	囲碁を習うのが初めての方、初歩の方が対象
3415	日々の愛犬ケア	清水 功子	9/18	土 10:30~12:00	1,000円	新講座体験会	アトリエ2	犬種・年齢などそれぞれのワンちゃんに合った季節のケアをご紹介します。
2610	チョークアート	向 彰子	9/18 10/9	土 10:30~12:30	500円 (教室で教材費1,000円)	新講座体験会	一般教養室	ミニボードを作ろう(締切:10日前まで)
251	なんちゃってフィットネス♪	あやか	9/21	火 20:30~21:30	500円	新講座体験会	2Fフロア	ヨガ・ボクササイズなどいろいろな要素を取り入れて体を動かします。
256	ZUMBA	内藤 順子	9/24	金 20:30~21:30	500円	おためし体験	2Fフロア	ラテン系のリズムに合わせて動くダンスフィットネス
3507	ロボットプログラミング基礎講座 (小学生)	児玉 裕亮	9/25	土 14:00~14:30	500円	新講座体験会	文化教養室	定員6名の少人数です。サンプルを使った実習をやってみましょう。
3508	ゲームプログラミング基礎講座 (小学生)	児玉 弘恵	9/25	土 15:30~16:00	500円	新講座体験会	文化教養室	
20	伸びしろ発見!! ランニング教室	あやか	9/25	土 9:30~10:30	500円	新講座体験会	運動公園	走りの基礎・基本、動き・体の使い方から始めましょう。 ※場所に変更になる場合があります。
3360	デンマーク手芸ダネラ	平井 寿栄	9/27	月 13:30~14:30	500円	新講座説明会	一般教養室	玄関マット・クッションカバー・タペストリーなどのインテリア作りを楽しみましょう。
263	ダンス&エクササイズ	Tami	9/29	水 10:00~11:00	500円	おためし体験	2Fフロア	バレエ・ジャズダンス・ヒップホップ・ラテンダンスなどの要素を取り入れて踊りましょう。
2420	はじめの一步 俳句入門	岩崎 ゆきひろ	9/30	木 10:00~11:00	500円	おためし体験	3階会議室	季語及び俳句の型について
2127	楽しく学ぼう東明手相入門	東明手相 専任講師	9/30	木 13:30~14:30	500円	新講座体験会	3階会議室	6ヶ月6回で終了の手相学を学ぶ講座です。

講座番号	講座名	講師	体験日時		参加費		場所	体験会 内容	
2152 2151	暮らしやすさがグーンとUPする片付け講座	白杵 美波	10/1	金	13:30～14:30 19:00～20:00	500円	おためし体験	3F会議室 一般教養室	テーマ:片付けても片付かないのはなぜ？
3398 3397	はじめての漢方&薬膳カフェ	田中 まり	10/1	金	14:30～16:00 19:00～20:30	1,800円 (材料費込)	おためし体験	アトリエ2	テーマ:のど・お肌に潤いを。 ゆったりカフェタイムをご一緒に。
2201	やさしい英会話 (初級～中級) 少人数制	Marielle Nishiura	10/1 10/8	金	10:30～12:00	500円	おためし体験	一般教養室	フリートーキングあり、テキストでの学習もあり Let's enjoy English together !
2311 2310	楽しい韓国語会話～ゼロからの入門コース～	チョンチェリン 丁 才林	10/2 10/13	土 水	15:10～16:20 10:00～11:10	500円	新講座体験会	アトリエ2 一般教養室	まったく初めて韓国語を学ぶ方のコースです。
2700	ポーセラーツレッスン	安井 由美子	10/6	水	10:00～12:00	1,000円 (教室で材料費500円)	おためし体験	視聴覚教室	スクエアプレート作り～転写紙(シール)を貼りオリジナルデザインのプレートを作ります。
2207	日本人講師と英会話を始めよう (入門)	名取 玲子	10/6 10/13	水	16:15～17:45	500円	おためし体験	アトリエ2	初心者向けの英会話教室
2250	「On parle français !」 「私たちはフランス語を話します！」	ロデ フランク	10/6 10/13	水	19:00～20:30	500円	おためし体験	一般教養室	レベルは3級以上のかた向けです。 新規の方は、おためし体験でレベル確認を
2702	アートクラフト (陶器絵付け)	久山 三智子	10/7	木	13:30～15:00	500円 (教室で材料費1,000円)	おためし体験	アトリエ2	『豆皿にマーガレットを描きます』 締切9/30 (木) まで
2220 2221	おもてなし&旅する英会話 (初級) 少人数制	名取 玲子	10/7 10/14	木	16:30～17:30 18:00～19:00	500円	おためし体験	アトリエ1	初級レベルの英会話教室
3388 3387	はじめての ナチュラル アロマ ～アロマセラピーでキレイになる □～	山口 美和	10/7 10/8	木 金	19:00～20:30 13:30～15:00	1,000円 (教室で材料費2,000円)	おためし体験	アトリエ2 文化教養室	ふわっと薫るヘアミスト作り
2662	はじめての備前焼	佐藤 和久	10/8	金	18:00～20:20	無料	見学 or 土ひねり体験	アトリエ1	土ひねりまでの体験です。 焼成はいたしません。
2134	姿勢と立ち居振る舞いでイメージアップ! 生き生きマナーレッスン	武富 美恵子	10/9	土	10:30～12:00	500円	おためし体験	文化教養室	初めての方はおためし体験から。良い姿勢の必要性和効用、新しい日常のマナーの基本と必要性
2646	デッサンから始める水彩画	稲田 和代	10/12	火	13:30～15:30	500円	オリエンテーション	アトリエ1	新規の方には用具の説明や購入案内があります。
3041	美しいアルファベット カリグラフィー	中尾 明美	10/13	水	18:00～20:00	500円	おためし体験	アトリエ2	はじめての方のおためし体験 教材は講師が準備します。
3416	カラーと数秘を使ってハッピーになる講座	荒木 由美子	10/13	水	19:00～20:30	500円	おためし体験	文化教養室	『今の私は何色？カラーセラピー』
2647	超！簡単(^ ^)お手軽水彩画	稲田 和代	10/14	木	13:30～15:30	500円	オリエンテーション	文化教養室	小さなスケッチブックにちょこっと描く、初心者でも気軽に始められる絵画教室
2124 2125	聞く力・話す力を身につけよう ～ビジネスから日常まで役立つ～	高田 直美	10/16 10/25	土 月	10:00～11:30 19:00～20:30	500円	おためし体験	文化教養室	『自他紹介？ 聞き上手になるための自己紹介ゲーム』
2121	印象力コーチング 基礎コース	城金 エリ	10/21	木	19:00～21:00	1,000円	おためし体験	アトリエ2	コーチングの基礎を学びます。
3485	薬膳料理入門	田中 まり	10/22	金	19:00～21:00	2,800円 (材料費込)	おためし体験	アトリエ2	ご飯の基本をあらためて～立つ,包丁を持つ,切る,火を通す～ 調理実習と試食