

本校

日程や受講料・教材費などの詳細はお問い合わせください。

◎=満席 ㊦=新講座 ●=単発(全1回)講座 * =外部提携教室 ◆=不定期および短期講座

※講座の特性等により受講期間が異なる一部の講座は、受講料表記をしていない場合があります。事務局までお問い合わせください。

講座名	講師	日程	時間	受講料
ハーモニカを楽しもう	橘 尚之	第1・3 ㊦	10:30~12:00	12,000円
ウクレレ	中村 郁子	㊦	13:00~14:30	16,170円
ウクレレ〈初心者向け〉		㊦	15:00~16:30	16,170円
フォークギター〈初級〉	西岡 裕一	第1・3 ㊦	18:30~20:00	11,100円
ポップスギター〈初級〉		第1・3 ㊦	13:00~14:30	11,100円
* 大人のピアノ教室	笹川 耀子	(全6回)㊦	12:00~13:30(適宜)	10,200円
* 大人のピアノ教室		(全6回)㊦	10:30~15:00(適宜)	10,200円
* 大人のピアノ教室		(全6回)㊦	10:00~11:00	10,200円
* 大人のピアノ教室		(全6回)㊦	10:00~11:00	10,200円
* 大人のピアノ教室(コードで弾こう)	吉川江利子	(全5回)㊦	14:30~15:30	9,000円
* 大人のピアノレッスン〈入門〉	笹川 耀子	(全5回)㊦	10:00~11:00	9,000円
* 大人のピアノレッスン〈基礎〉		(全5回)㊦	9:00~12:10(適宜)	9,000円
* 大人のピアノレッスン〈基礎〉		(全5回)㊦	9:00~12:00(適宜)	9,000円
* 大人ののためのピアノサロン	山崎 恵美	(月2回)適宜	10:00~15:00(適宜)	10,200円
中高年から始めるらくらくピアノ	上内伊都子	第1・3 ㊦	10:00~11:30	10,440円
* 楽しいキーボード	足田 有佐	第2・4 ㊦	10:00~11:30	10,500円
* 楽しいピアノ		第2・4 ㊦	13:45~14:45	10,500円
* 歌って元気に!健康音楽	中野 愛弓	第2・3・4 ㊦	13:30~14:30	11,700円
* バイオリン	宮内 康恵	(全9回)㊦	12:00~19:00(適宜)	45,000円
◎ バイオリン入門	中内佐和子	(月3回)㊦	13:00~15:45(適宜)	24,300円
㊦ フルーツ〈初心者向け〉	安藤 千織	第2・4 ㊦	11:00~12:00	13,500円
フルーツ		第2・4 ㊦	10:00~11:00	13,500円
すぐ弾ける大正琴〈初級~中級以上〉	澤本笑久子	第1・2・3 ㊦	13:00~14:30	12,600円
* はじめての二胡〈初級~中級〉	松村 紫乃	第1・3 ㊦	9:30~19:30(適宜)	15,780円



すぐ弾ける大正琴(2021年5月撮影)



のびたらしいな。ゆかにストレッチ体操(2019年7月撮影)

のびたらしいな。ゆかにストレッチ体操	瀬川佳津江	㊦	10:30~12:00	13,700円
リズムミック★ウォーキング	早川 理香	㊦	13:00~14:00	12,300円
いすピクス		㊦	14:30~15:30	12,300円
美しくなるピラティス	朝倉 一恵	㊦	18:15~19:15	13,530円
* 美姿勢ピラティス	平石恵美子	㊦	11:00~12:00	16,500円
美しい姿勢&ウォーキング	井上 郁子	(全4回)㊦	18:30~20:00	13,200円
ダイエットトレーニング	久保 左枝	㊦	19:15~20:15	12,300円
◎ やさしい気功		馬場 瞳	㊦	10:30~12:00
◎ やさしい気功	馬場 瞳	㊦	13:30~15:00	13,500円
◎ やさしい気功		㊦	18:30~20:00	13,500円
◎ 中高年のための健美操	中村 美帆	㊦	13:30~14:45	14,400円
◎ ハピネスエクササイズ		㊦	15:00~16:00	14,400円
ヨガ	国本 幸子	㊦	10:30~12:00	14,000円
		㊦	10:30~12:00	14,000円
		㊦	14:00~15:30	14,000円

講座名	講師	日程	時間	受講料
* ホットヨーガ入門	横田喜世恵	㊦	15:00~16:00	16,900円
* やさしいパワーヨーガ		㊦	19:00~20:00	16,900円
* 美尻ヨガ	古味 咲姫	第2・4 ㊦	19:30~20:30	7,500円
* ゆったり瞑想ヨガ	賀部 綾子	第1・3 ㊦	13:00~14:30	10,430円
* 骨盤調整ヨガ® withモビバンストレッチ	市村 多絵	㊦	10:00~11:00	15,000円
* 自力整体	長崎 佐知	第2 ㊦	14:30~16:00	4,500円
* おとなの小(笑)学校		第4 ㊦	15:15~16:45	4,500円
シナプソロジー脳活性化教室	及川 勝栄	㊦	13:00~16:00	20,400円
スリーA方式・物忘れ予防教室		㊦	10:30~11:30	14,760円
やさしい社交ダンス	矢野 寿男 石本真衣子	㊦	10:30~12:00	14,300円
社交ダンス	矢野 寿男 山崎 大輔	㊦	18:30~20:00	14,300円
アロハ ルアナ フラ	岡田 節子	㊦	14:00~15:30	12,330円
アロハ ルアナ フラ	松山 玲子	㊦	9:30~11:00	12,330円
アロハ ルアナ フラ	岩田みみ子	㊦	11:00~12:30	12,330円
アロハ ルアナ フラ	切詰 房子	㊦	13:00~14:30	12,330円
アロハ ルアナ フラ	日比 愛子	㊦	15:00~16:30	12,330円
アロハ ルアナ フラ	日比 愛子	㊦	18:00~19:30	12,330円
家族で楽しむアロハ ルアナ フラ	切詰 房子	第2・4 ㊦	10:00~11:00	8,580円
◎ クラシックバレエ〈入門〉	上岡真佐子	㊦	10:00~11:45	18,000円
* フラメンコ	徳永 菜己	(月3回)㊦	19:00~20:00	25,740円
* 裸足でフラメンコ		第1・3 ㊦	11:00~11:50	10,800円
* 艶やかベリーダンス	NAE	㊦	19:00~20:00	12,300円
* キッズ・チャダンス	横田喜世恵	㊦	17:00~18:00	13,530円
* ZUMBA®		㊦	15:00~16:00	13,530円
* かんたん☆朝ジャズ!!	國友 歩	㊦	11:00~12:15	16,940円
* かんたんエアロダンス	結城あすか	㊦	11:00~12:15	16,940円
㊦ シニアジャズダンス	川島 亜弓	㊦	13:00~14:00	13,530円
㊦ キッズダンス[Sprinkle](親子)	玉木 晶	㊦	13:10~14:00	14,000円
㊦ キッズダンス[Sprinkle](キッズ)		㊦	14:10~15:10	14,000円
㊦ キッズダンス[Sprinkle](ジュニア)		㊦	15:20~16:30	14,000円



フラメンコ(2018年6月撮影)