

きらぼし館を利用して行われている活動サークル&教室 一覧

平成29年5月現在

曜日・時間		講座名	内容	対象	詳細
火曜日	月4回 10:00~11:00	健康体操教室 (きらぼし館共催事業)	シナプソロジー(脳トレ) イスを使った体操	一般	1回 500円 初心者OK 指導:竹内里恵 運動できる服装(運動靴不要) 水分 予約不要
	第1・3火曜日 13:30~15:00	ペン習字	ペン習字	一般	月会費 1,000円 指導:野田愛虹
	第4火曜日 13:00~15:00	切戸川短歌会 	短歌の作成	一般	月会費 500円
水曜日	月4回 13:00~15:00	体楽喜楽会	簡単な体操	一般	月会費 250円
	第1・2・4水曜日 9:00~12:00	手芸サークル	押絵・和紙工芸など	一般	月会費 1,000円 指導:岡本美千代
	第3水曜日 13:00~15:00	フラワーアレンジメント教室	フラワーアレンジ	一般	1回 2,000円(花代込) 指導:いしだ伎陽子
木曜日	月4回 10:00~11:00	ゆったりヨガ教室 (きらぼし館共催事業)	ヨガ	一般	1回 500円(予約不要) 初心者OK 指導:木村圭子 運動できる服装(運動靴不要) 飲み物
	月4回 11:00~12:00	健康体操教室 (きらぼし館共催事業)	シナプソロジー(脳トレ) イスを使った体操	一般	1回 500円(予約不要) 初心者OK 指導:竹内里恵 運動できる服装(運動靴不要) 飲み物
	月2回 17:00~19:00	フラダンス教室 	フラダンス	一般	
土曜日	指定された土日	ニコニコバレエ 	クラシックバレエ	幼児~一般	月会費及び時間: クラスによって異なります
日曜日	第3日曜日(8月休) 14:00~15:30	ゆる体操 (きらぼし館主催事業)	簡単な体操	一般	指導:川岡善三 参加費無料 予約はいりません 運動できる服装 バスタオルかマットを持参
	毎週日曜日 10時~11時 ※都合により日程変更あり	知ってて得する 運動・ストレッチ	基礎的なストレッチ	一般	1回 500円(予約不要) 初心者OK 指導:田之上 剛 飲み物・タオル・マット(貸出あり)・運動できる服装