

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

令和6年4月現在

| 曜日 | 時間 | 講座名 | 内容 | 対象 | 詳細 | |
|-------------|------------------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|---|---|
| 火曜日 | 月3回 | 17:00~18:00 | 体操教室(幼児・小学生クラス) | マット、とび箱、鉄棒などを 使用した体操 | 年少~ 小学生 | 教室詳細、ご入会につきましては下記にお問合せ下さい スポーツクラブ・キャプテン キャプテン館0834-88-2676 |
| | | 18:00~19:00 | 体操教室(小学生クラス) | | | |
| 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 9:30~12:30 | 手芸サークル | 押絵・和紙工芸など | 一般 | 月会費 1,500円(材料費別) 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 | 毎週木曜日 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:竹内里恵 運動できる服装(運動靴不要) 飲み物 | |
| | 毎週木曜日 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 | |
| 土曜日 | 指定された土曜日 14:00~15:30 | 親子空手教室 | やさしい空手 | 幼児・小学生 保護者 | 無料(年に1回本部会費があります) 3歳児よりOK 飲み物持参 | |
| | 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 | 毎月第3日曜日 (8月はお休み) 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:品川 孟司 参加費無料 要予約 * 事前に受付かお電話にてお申込みをお願いします 運動できる服装 バスタオルかマットを持参 | |
| | 指定された日曜日 10:00~11:00 | ストレッチ教室 (きらぼし館共催事業) | 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 | |
| | 月1回 | 14:20~15:05 | 子供英会話 | 初心者向けの 簡単な英会話&よみかき | 年中~小学生 | 1クラス1回1,000円 両方受講 1,500円 指導:手島美晴 筆記用具、色鉛筆、市販の学習したいワークブック持参 |
| 15:05~15:50 | | 子供よみかき | | | | |