

後期教室受講生募集

NEW フットサル教室

フットサルの基本を学びます。



日程
10/5～12/21
毎週月曜日 全10回
時間
19:30～21:30
定員 20名 **参加費** (教材費) 1,000円程度
※スポーツ安全保険1,850円に加入していただきます。

NEW ズンバ教室

ダンスフィットネスエクササイズで楽しくシェイプアップ!



日程
10/5～12/7
毎週月曜日 全8回
時間
19:30～20:30
定員 10名 **参加費** 無料

教室へのお申し込みは

9月7日(月)
9:00～受付

女性のためのビューティーアップ ネイルアート

ネイルアートの基本を学びます。



日程
10/5,10/19
月曜日 全2回
時間
19:00～21:00
定員 10名 **参加費** (教材費) 毎回800円程度

羊毛フェルト

専用針を使ってかわいいマスコットづくり。



日程
10/26,11/2
月曜日 全2回
時間
19:00～21:00
定員 10名 **参加費** (教材費) 毎回800円程度

リラククスアロマ

アロマ精油で癒しの時間を……。



日程
11/9,11/16
月曜日 全2回
時間
19:00～21:00
定員 10名 **参加費** (教材費) 毎回600円程度

Cook World

料理のレパートリーを増やしませんか。



日程
10/6～11/17
毎週火曜日 全6回
時間
19:00～21:00
定員 15名 **参加費** (食材費) 毎回500円程度

ストレッチヨガ

心と体のリフレッシュ!



日程
10/6～12/1
毎週火曜日 全8回
時間
19:30～20:30
定員 15名 **参加費** 無料

ボディメンテナンス

食事の仕方から体と心のエクササイズ。



日程
10/6～12/1
毎週火曜日 全8回
時間
19:15～20:15
定員 15名 **参加費** 無料

ペン習字&実用書道

美しく正しい文字の書き方を学びませんか。



日程
10/8～11/12
毎週木曜日 全6回
時間
19:30～21:00
定員 15名 **参加費** 無料

リフレッシュドラマ

体全体でリズムよくリフレッシュ!



日程
10/14～12/9
隔週水曜日 全5回
時間
19:00～20:00
定員 10名 **参加費** 無料

英会話

Enjoy English Life!



日程
10/8～11/26
毎週木曜日 全8回
時間
19:00～20:00
定員 15名 **参加費** 無料

エアロビクス

リズムに合わせてシェイプアップ!



日程
10/8～12/1
毎週木曜日 全8回
時間
19:00～20:00
定員 15名 **参加費** 無料

茶道

和の作法でリラクスタイム。



日程
10/16～11/20
毎週金曜日 全6回
時間
19:00～21:00
定員 10名 **参加費** (菓子代) 1,200円

陶芸

自分だけのオリジナル陶器づくり。



日程
10/3,10/17
隔週土曜日 全2回
時間
14:00～16:00
定員 10名 **参加費** 毎回2,000円程度

- ◆受講対象者: 40歳までの勤労青少年の方(市内に居住または勤務)。主に初心者対象。
- ◆受講申込: 日・祭日をのぞく、午前9時～午後5時までとなります。
- ◆教材費以外に必要なもので講師が必要と判断したものは、受講生の皆さまに用意してもらうこともございます。

お申し込み・お問い合わせ

須崎市体育協会 須崎市勤労青少年ホーム創造の家 電話 026-248-0393

〒382-0028 須崎市臥竜六丁目25番1号 FAX 026-248-0922 E-mail: suzakasouzou@stvnnet.home.ne.jp



ボディメンテナンス



ビューティー(ゆかた)



ビューティー(ヘアアレンジ)

創造の家 教室スナック 楽しいよ



ビューティー(ネイル)



CookWorld



ムービーメーカー

現在活動中の各種サークル 創造の家ではサークル活動も活発です。入会希望者は創造の家までご連絡ください。

さくら会
第1・3月曜日
【藤工芸】19:30~21:30

不思議な国
毎週火曜日
【パソコン】19:30~21:30

新ブーゲンビリア
月1回火曜日
【沖縄・三線等】19:00~21:00

レッツゴーエアロ
毎週水曜日
【エアロピクス】20:00~21:00

キャンディクラブ
毎週木曜日
【エアロピクス】11:00~12:00

ベリベリエアロ
毎週木曜日
【エアロピクス】20:00~21:00

やまとなでしこ
第1木曜日
【生花】19:00~21:00

なでしこ
第3木曜日
【生花】19:00~21:00

パルフェ
月2回金曜日
【ムエダイエット】11:00~12:00

ポピー&ローズ
月2回金曜日
【フラワーアレンジメント】19:00~21:00

チューリップ
月2回金曜日
【フラワーアレンジメント】19:00~21:00

ビューティフル・ヴィーナス
毎週土曜日
【エアロピクス】16:30~17:30

予告 **おいしい秋** **スポーツの秋** **カルチャーの秋**

創造の家 秋のフェスティバル

平成27年 10月10日(土) 午前9時~午後3時頃(予定) ~創造の家で秋の一日を満喫しませんか~

10月10日(土) 午前9時~午後3時頃(予定)

お子さまには **わたあめ** プレゼント!

マルシェ おいしい地元のきのこ、野菜、くだもの販売
体験教室 お箏・尺八・ヨガ・英会話など **アクティブ☆キッズ☆プログラム**

ボランティア募集!

受付等の **スタッフ** (若干名)
一緒に秋フェスを **楽しもう!**

