

秋彩

～彩りの季節、新しい学びをはじめよう～

11/30日までのお申し込みで
入会金・初年度事務手数料 **0円**
+

いずれかに
入園できる
・モンキーパーク
・リトルワールド
・南知多ビーチランド
ペア入場券をプレゼント!

500円
体験
受付中!

New ～自分のからだのこと・本当に知ってる?～ 歪みを整え、将来の不調を予防する健康体操

- 毎週月曜日
第2・4月曜日
●10:00～11:30
●毎週コース 6,600円
●第2・4コース 4,400円

カイロプラクター(全連会)
杉原 亜弥



からだは毎日歪んでいます!歪みをきよくすると骨も日々ケアが大切です!からだの歪みや通利差の原因の多くが歪みから来ている。自分で歪み、ケアし続ける方法を指導していきます。

体験日 10/27(月)・11/10(月)・24(月)・26(月)

New はじめての俳句

- 第1・3火曜日
●10:00～12:00
●1ヶ月 4,400円

「若竹」副主宰・「風のサロン」代表・
俳人協会野間委員・
俳人協会春日井支部副支部長
田口 風子



俳句を作ってみたくて敷居が高くて難しそう、と思われる方が多いですが、そんなことはありません。言葉遣いしている言葉で十分に俳句は詠めるのです。肩の力を抜いて参加してみてください。

体験日 10/21(火)・11/4(火)・18(火)

New 絵画教室

- 第2・4日曜日
●15:00～17:00
●1ヶ月 4,900円

新制作協会会員
小山 剛



えんぴつ・パステル・水彩絵の具などの画材で自由にのびのびと、自分の世界を表現しましょう。創造力の翼を広げると、思いがけない発見があります。※本講座はこども絵画と併設講座です。

体験日 10/12(日)・11/9(日)・23(日)・30(日)

New ～初心者さん向け～ 優しいフラダンス

- 第2・4火曜日
●11:00～12:00
●1ヶ月 5,000円

ハーラウ・フラ・オ・カヘラニ
竹内 茜奈



ハワイの音楽に合わせて、ゆったりと楽しく体を動かすフラダンスの講座です。基本ステップや手の動きを丁寧に学びながら、美しい姿勢や表現力も自然と身につきます。初心者の方も大歓迎です。

体験日 10/14(火)・28(火)・11/11(火)・25(火)

New 踊って笑ってアンチエイジング サルサダンス

- 第2・4土曜日
●11:30～12:30
●1ヶ月 4,400円

エルメスダンスカンパニー所属
インストラクター
EMIKO



「サルサ」はペアで踊るラテンダンスです。ストレス解消・運動不足解消・脳の活性化など良いことだらけ!陽気なラテンの音楽に合わせて、新たな自分を発見できます!

体験日 10/25(土)・11/8(土)・22(土)

New ～脳の活性化～ マインドパステル

- 第2・4火曜日
●13:30～15:00
●1ヶ月 5,500円
(別途教材費3,000円)

講師
近藤 衣里佳
(アートセラピスト)



難いでも指先だけで描ける風景アートです。心が落ち着き、集中することで、ストレス解消、認知予防に効果があります。初級～中級～上級は講師養成講座と致します。(任意)現在多くの福祉、医療、教育の現場で取り入れられています。そんな現場の指導法もご教授いたします。

体験日 10/14(火)・28(火)・11/11(火)・25(火)

New 美活 ボディーワーク

- 第1・3金曜日(高校生～)
●12:45～13:45
●1ヶ月 4,950円

健康運動指導士
2023年の世界大会出場選手
柘植 由美根



心と体をバランスよく整えて、内も外も美しく健康に。無理なく呼吸法やウォーキング、リンパストレッチなど取り入れます。

体験日 10/17(金)・11/7(金)・21(金)

New ～初心者向け～ のびのびストレッチ

- 第2・4水曜日
●10:00～11:30
●1ヶ月 5,500円

東山ヨガ道場
高橋 奈穂



運動が苦手な方、身体が硬い方、運動不足の方、無理なくゆっくり呼吸に合わせて伸ばしていきます。全身の血行が良くなり、代謝もUP!楽しみながら一緒に健康維持を目指しましょう!

体験日 10/22(水)・11/12(水)・26(水)

太極拳

- 月曜日
●13:30～15:00
●1ヶ月 7,700円

講師 張 成兵
(元南京市武術龍太極拳コーチ)



足腰を鍛え、転ばない体をつくり、呼吸に合わせて心も体もリフレッシュします。年齢を問わず、生涯楽しめる健康法です。

体験日 毎週月曜日

乙書

- 第2・4火曜日
●10:00～11:30
●1ヶ月 4,400円

己書公認指導員
星野 久美子



筆ペンを使って自分だけの絵のある文字や絵を描きます。楽しいルールはないので、誰でも簡単に表現できる「書」です。

体験日 10/14(火)・28(火)・11/11(火)・25(火)

～紙のステンドグラス～ ローズウィンドウづくり

- 第2土曜日
●13:30～15:30
●1ヶ月 2,750円
(別途教材費)

一般社団法人
日本ローズウィンドウ協会認定講師
下山 喜代美



ローズウィンドウとは、ヨーロッパの教会で見かける円形のステンドグラス「薔薇窓」。その「薔薇窓」の技法を用いて専用の糊紙を使って作るペーパーアートです。

体験日 10/11(土)・11/8(土)・22(土)

疲れたところを癒す・ケアする! 気持ち整う心理学

- 第4火曜日
●19:00～20:30
●1ヶ月 2,800円

日本心理学学会認定講師
坂崎 立子



ちょっとした気配りやしなやかな相手のココロをつかむ楽しい会話術を身につけたい方へおススメの講座です。

体験日 10/28(火)・11/25(火)・12/2(火)・18(火)

大人 スイミング

水泳は全身運動!運動不足解消・健康維持に最適です。お気軽にご参加ください。

ウォーキング

月曜日

13:30～14:30

水曜日

13:30～14:30
19:00～20:00

スイム

金曜日

11:00～12:00

土曜日

19:00～20:00



※事前予約制 ※画像は全てイメージです。