

生涯学習館 後期講座

☎生涯学習館(☎822-3381
〒300-0045 文京町9-2)

☑往復はがきに、希望講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参(月曜日、祝日休館)

※はがき1枚につき1講座の申し込み

☑10月15日(金)(当日消印有効)

※定員を超えたときは抽選。また、申込者が少数の場合は中止になることがあります。なお、抽選の結果および講座開講の有無は、はがきでお知らせします。

曜日	講座名	講師	時間	日程	回数	定員	受講料
水	毛筆で書く生活の書～年賀状～	高瀬霞山	10:00～12:00	10/20～12/1	6	20人	3000円
	季節を楽しむプリザーブドフラワー&ハーバリウム～クリスマスのアレンジメント～	関口恭子	13:30～15:30	11/10・17	2	20人	4000円 ^{※1}
金	スマホの基本を学ぶ アンドロイド(初級)	松浦正夫	10:00～12:00	10/22～11/12	4	30人	2000円 ^{※2}
	スマホの基本を学ぶ アンドロイド(ステップアップ)	大久保祐司	10:00～12:00	10/22～11/12	4	20人	2000円 ^{※2}
	スマホの基本を学ぶ iPhone	松浦正夫 大久保祐司	13:30～15:30	10/22～11/12	4	30人	2000円 ^{※2}
	初級英語音読～声に出して楽しく英語をよみこもう!～	氷鉤悦子	13:30～15:30	10/22～11/26	6	20人	3000円
土	伝統ヨガと呼吸法A～どなたでも安心～	岡野芳子	9:30～10:45	11/6～12/11	6	20人	3000円
	伝統ヨガと呼吸法B～どなたでも安心～	岡野芳子	11:00～12:15	11/6～12/11	6	20人	3000円
日	ストレッチ&ボディシェイプ～ピラティス～	春川倫美	9:15～10:15	10/17～11/28	4	20人	2000円
	土浦人のための英語(中級) ～English One Step Beyond～	マイケル・カレン	10:00～12:00	10/24～12/5	6	30人	3000円
	はじめての水彩画～建物のある風景～	磯山昌宏	13:30～15:30	10/24～12/5	6	20人	3400円 ^{※1,3}

※1…教材・材料費を含む ※2…スマートフォンを持参 ※3…B4スケッチブック、水彩道具一式、油性色鉛筆持参

亀城プラザ 第3期フィットネス &カルチャー講座

☎亀城プラザ(☎824-3121
〒300-0043 中央二丁目16-4)

☑往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望講座を記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参

※水曜休館。はがき1枚につき1講座の申し込み(連名は不可)

☑9月30日(木)(必着)

※定員を超えたときは抽選。また、申し込み少数のときは中止となることがあります。

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料
月	からだ改善ヨガA	一般男女	9:30～10:30	10/11～12/13	10	25人	5100円
	からだ改善ヨガB	一般男女	11:00～12:00	10/11～12/13	10	25人	5100円
	からだ痩身ヨガA	一般男女	18:50～19:40	10/11～12/13	10	30人	5100円
	からだ痩身ヨガB	一般男女	20:10～21:00	10/11～12/13	10	30人	5100円
火	美姿勢ボディ×ウェーブリング	一般男女	19:00～20:00	10/5～12/14	10	30人	5100円 ^{※1}
木	らくらく骨盤体操	一般男女	10:00～11:00	10/7～12/16	10	30人	5100円
	はじめてのハーモニカ	一般男女	12:30～13:30	10/7～12/9	8	15人	8000円 ^{※2,3}
	楽しく吹こうハーモニカ	一般男女	13:30～14:30	10/7～12/9	8	15人	8000円 ^{※2}
	免疫力アップ!骨盤スリムピラティス	一般男女	14:00～15:00	10/7～12/16	5	30人	3000円
金	モーニング★ヨガ	一般男女	9:30～10:30	10/8～12/10	10	30人	5100円
	USAGI先生の筋トレエクササイズ	一般男女	19:30～20:30	10/8～12/10	10	24人	7600円
土	うさぎ先生のKid's運動幼児クラス	未就学児(4～6歳)	13:15～14:00	10/9～12/11	10	14人	10200円
	うさぎ先生のKid's運動小学生Aクラス	小学1～3年生	14:15～15:00	10/9～12/11	10	14人	10200円
	うさぎ先生のKid's運動小学生Bクラス	小学1～3年生	15:45～16:30	10/9～12/11	10	14人	10200円

※1…ウェーブストレッチリング(WAVE STRETCH RING[®])使用(購入:4400円、レンタル:1600円)
※2…別途テキスト代あり(新規の方のみ) ※3…初回時にハーモニカを購入可能(要予約)