



# 文化教養講座受講生募集!

「なにかを学びたい・始めたい」そんなあなたを応援します。

芸術の秋・スポーツの秋です！10月からの講座で自分磨きを始めませんか！！

【申込期間】 9月9日(日)～初日は、8時30分から受付開始、定員になり次第受付を終了します。

【申込方法】 サンパレスにある申込用紙に必要事項を記入してお申込みください。

※初日のみ、電話での申込・受付(仮)予約はできません。

※翌日以降は、電話での仮予約は受け付けますが後日、所定の申込用紙への記入をお願いします。

【その他】 受講料は、開講初日に納めてください。※受講料には教材費が含まれています。(一部講座を除く)

【対象】 一般(一部講座を除く) ※開講期間は10月～3月(一部講座を除く)

講座名	曜日	時間	回数	受講料	定員	講座名	曜日	時間	回数	受講料	定員
英語(入門)	火	19時～20時30分	18回	18,400円	12	歪み改善ダイエット	水	19時～20時20分	15回	15,400円	10
書道・ペン習字(火)	火	13時30分～15時30分	18回	15,400円	25	リラックスヨガ(水)	水	13時30分～14時50分	12回	7,600円	20
書道・ペン習字(水)	水	18時30分～20時30分	18回	15,400円	25	ディスコワールド	木	13時15分～14時15分	18回	11,300円	20
★頭のフィットネス	木	13時～14時	6回	10,000円	10	健 ヨガ(木)	木	13時30分～14時50分	18回	11,300円	20
着物着付け	木	19時～21時	12回	12,300円	10	ピラティス(金)	金	13時～14時20分	18回	11,300円	20
色鉛筆画(入門)	金	18時30分～20時30分	12回	12,300円	18	ス ヨガ(金)	金	19時～20時20分	18回	11,300円	20
洋画(入門)	土	18時30分～20時30分	12回	12,300円	18	★太極拳	金	19時30分～21時	18回	11,300円	30
くまっちの料理講座	月	18時30分～20時30分	6回	12,300円	15	1 ヨガ(土/初心者)	土	9時30分～10時50分	18回	11,300円	20
食育家庭料理	土	9時30分～12時	6回	12,300円	15	ツ ヨガ(土/継続・経験者)	土	11時～12時20分	18回	11,300円	20
ピラティス(月)	月	10時～11時20分	18回	11,300円	20	リラックスヨガ(土)	土	13時30分～14時50分	12回	7,600円	20
足・脚ケアヨガ	月	13時40分～15時	18回	11,300円	20	パワーヨガ入門(土)	土	19時～20時20分	18回	11,300円	20
ヨガ(月)	月	19時15分～20時35分	18回	11,300円	20	ZUMBA(土)	土	19時～20時	18回	11,300円	20
姿勢改善・棒体操	火	10時～11時20分	18回	11,300円	20	★親子リトミック 火曜(わくわく)	火	10時～10時45分	12回	9,500円	10組
ダイエットヨガ	火	13時30分～14時50分	18回	11,300円	20	★親子リトミック 火曜(きらきら)	火	11時～11時45分	12回	9,500円	10組
ヨガ(火)	火	19時～20時20分	18回	11,300円	20	親子リトミック水曜 (わくわく)	水	10時～10時45分	12回	9,500円	10組
ZUMBAゴールド	火	18時55分～19時55分	18回	11,300円	20	親子リトミック水曜 (きらきら)	水	11時～11時45分	12回	9,500円	10組
ZUMBA(火)	火	20時10分～21時10分	18回	11,300円	20	ベビーヨガ	水	11時～12時	12回	9,600円	10組
★健康フラダンス	水	19時30分～20時50分	18回	11,300円	20						

★は新規及び新設講座です。

【備考】 ※英語(入門)は教材費別途必要です。 ※親子リトミック(わくわく)の対象は4月2日現在で1歳児と保護者です。 ※親子リトミック(きらきら)の対象は4月2日現在で2歳児、3歳児と保護者です。 ※着物着付けの対象は一般女性です。 ※ベビーヨガの対象は4月2日現在で0歳児～2歳児と保護者です。

## ★キッズ講座

☆現在、開講中の講座です。途中からの受講も可能です。日程、受講料等詳細についてはお問い合わせください。

講座名	曜日	時間	対象	開講期間	講座内容
キッズ英会話C	火	16時30分～17時30分	小学2年生	～3月	ゲームで楽しみながら体を動かして英語を耳と身体で吸収していきます。クラスに合わせたテキスト等を使います。
キッズ英会話D	火	17時40分～18時40分	小学3年生	～3月	
キッズダンス1	日	9時45分～10時45分	小学1年生～3年生	～12月	音楽に合わせて楽しく踊れるようリズム感を養うトレーニングをします。ダンス初心者歓迎します。
キッズダンス2	日	11時～12時	小学4年生～6年生	～12月	

◆下記サークル会員も同時募集します!!◆ ☆興味のある人は、お問い合わせください。  
 ●陶芸(火:10時～15時) ●油絵(水:9時～13時) ●風太極剣サークル(水:19時30分～21時)  
 ●琴・三味線(木:19時～21時) ●自強術(金:10時～12時) ●華道(池坊)(金:17時30分～20時)

講座等の詳細については、サンパレスに設置してあるチラシまたは、電話で下記までお問い合わせください。

問・申 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団(長浜サンパレス)(☎64-1444)



(公財)長浜文化スポーツ振興事業団から、  
講座・教室・イベントの情報を  
お届けします!

## 長浜市浅井B&G海洋センター

# 秋のスポーツ教室 参加者募集 (9月開講)

## 子ども向け教室

教室名	曜日	期間・時間	対象	受講料	定員	講師	内容
幼児器械 体操教室	火	9月18日～12月4日 15時～16時	5～6歳 未就学児	7,500円 (10回)	25人	公認指導員 草野 容子 先生 増田 有紀 先生	バランス感覚や身体の使い方を楽しく学ぶ教室です。
ジュニア器械 体操教室	火	9月18日～12月4日 16時15分～17時15分	小学 1～3年				鉄棒・跳び箱・マット運動などを取り入れ、基礎的な運動能力アップに最適です。
ジュニア硬式 テニス教室	水	9月19日～11月28日 16時30分～17時30分	小学 4～6年	7,300円 (10回)	20人	日本体育協会 公認指導員 坂 佳則 先生	初心者を対象に、レベルに応じた指導を行い、楽しい硬式テニス体験ができます。

## 一般向け教室

教室名	曜日	期間・時間	対象	受講料	定員	講師	内容
硬式テニス ナイター教室	火 木	9月25日～10月23日 19時30分～21時	一般	7,300円 (8回)	20人	公認指導員 堤内 昭義 先生 堤内 美浪 先生	初心者から中級者までレベルに応じて指導します。
ピラティス 教室	火	9月25日～11月27日 19時30分～20時30分		7,000円 (10回)		PHIピラティス認定インストラクター 藤田 美澄 先生	身体の歪みからくるストレスの軽減やシェイプアップに!
ヨガ教室 (リラックスヨガ)	木	9月27日～12月6日 19時30分～20時30分		7,000円 (10回)		ヨガインストラクター 河村 和美 先生	肩こり・腰痛などの緩和や、心身のリフレッシュに!
シニア 卓球教室	火	9月25日～11月27日 9時～10時30分		7,000円 (10回)		公認指導員 佐治 健二 先生	初心者も大歓迎です。運動する習慣を身につけましょう。

【申込み】 9月4日(火)から受付を開始します。(電話予約も可能です)

受講料を添えてお申し込みください。定員になり次第受付を終了します。

問・申 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団長浜市浅井B&G海洋センター (☎74-3355)

## 第48回滋賀県芸術文化祭参加事業

# 「第43回長浜市芸術文化祭」行事 9月下旬の開催事業

問 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団(長浜文化芸術会館)(☎63-7400)

### ◆長浜茶道愛交会 茶会

9月16日(日)、10月21日(日)、11月11日(日)9時～14時/慶雲館、梅の館/茶道の素晴らしさを楽しみ味わっていただくお茶会。/1回(2席)1,000円(慶雲館鑑賞は要入館料)

### ◆長浜市舞台芸術交流祭

9月23日(日)13時30分～16時/びわ文化学習センター/邦楽、舞踊など舞台芸術で活動される団体の発表。

### ◆滋賀岳心会秋季温習発表会

9月30日(日)9時～16時/湖北文化ホール/人々を魅了した西郷さんにまつわる詩を集め、スライド映像と共にその人間的魅力を歌います。

※参加費表記のない  
行事は入場無料