

有隣堂 戸塚 カルチャーセンター

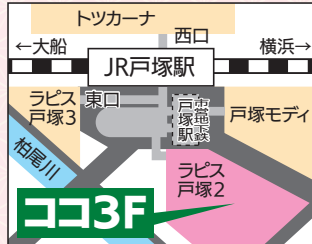
新年おススメ講座の1日体験

先着順! お申込はお早めに。 2月末迄の申込みで2・3月の講座全て体験料半額!
☎045・869・3263 1月20日(木)AM10時より予約受付開始

入会と開講のご案内 ●入会金は¥5,500(永久会員)です。●受講料は3ヶ月前納です。●講座は全200講座です。●講座により作品制作の材料費がかかります。●入会金・受講料・教材費は全て税込価格です。●ご受講の前にお手続きをお願いいたします。●1日体験は一人でも体験可能。下記以外の約200講座で体験を実施しています(定員を満了している講座はご体験いただけません)。
個人情報について 入会、受講申し込みの際には、氏名、住所、電話番号、メールアドレスをご記入をお願いします。
新型コロナウイルス感染症防止に向けた安全対策について ●ソーシャルディスタンスを確保して受講いただきます。●施設内に消毒液を設置し、手指消毒にご協力いただきます。●机、椅子、ドアノブ等各種備品の除菌に重点を置き消毒を実施します。●ご来店時に換気のご協力いただきます。



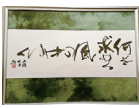
ホームページで200講座をご紹介します(通常体験料) ¥1,650



戸塚区戸塚町8 ラピス2(3F)

営業時間 10:00~20:30 (木・日のみ18:00まで)

おとなの書道



筆使いの基本から美しい書(漢字・現代書)が書けるよう丁寧に指導します。段・級も取得できぬようになります。
★体験日★
2月3日・2月17日※
14:00~16:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥500】
千文字(漢字四文字)から
お持ち物 書道用具(筆・硯・文鎮・下敷)無しでも可

いけばな 古流



季節にあったお花を、季節ごとに生けます。お花で季節を感じる事ができます。段・級も取得できぬようになります。伝統的な生け方の生け方から新しい生け方まで学べます。
★体験日★
2月17日・3月17日※
10:15~12:15
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,500】
季節のお花を楽しみましょう!

全く初めての方のための入門 入門日常英会話



その日のテーマの文法・リスニング・会話練習に加えイラストなどをまじえながら、日常英会話を身につけていきます。
★体験日★
2月1日・15日※
10:00~11:00
【体験料/¥825】
【教材費/コピー代】
お持ち物 筆記用具

全く初めての方のための入門 旅行英会話



実際の旅行時に想定した会話練習に加え、毎回、復習とCDを使ったリスニング練習をします。
★体験日★
2月1日・15日※
11:10~12:10
【体験料/¥825】
【教材費/コピー代】
お持ち物 筆記用具

シニアのための いいココチヨガ



心体よく体をゆるめ、悪い姿勢や不調を緩和、改善。健康寿命を伸ばしましょう!
★体験日★
2月14日・28日※
12:40~13:40
【体験料/¥825】
IHTA認定ヨガインストラクター
講師/emi
(月)第2④
12:40~13:40
受講料/¥4,840/月
教材費/¥4,840/月

楽しいストレッチ ストレッチ体操



凝り固まった筋肉、関節を無理なく、少しずつ動かして、可動域を広げ、ずつと歩ける筋肉トレーニング。老廃物を流すリンパマッサージ等呼吸法で細胞の若返り。
★体験日★
2月11日・25日※
10:30~11:30
【体験料/¥825】
フィットネスインストラクター
講師/重原 利佳子
(金)第2④
10:30~11:30
受講料/¥4,290/月
教材費/¥4,290/月

楽しく健康! スポーツウエルネス吹矢



腹式呼吸をベースとした吹矢呼吸法で、集中力と精神力を高め、インナーマッスルを鍛えます。
★体験日★
2月2日・16日※
14:00~15:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥220】
上履きがあればご持参してください

美しいトレモロを奏でる マンドリン



楽譜が読めなくても大丈夫。丁寧に指導します。まったく初めての方でも、学び直しの方も歓迎です。
★体験日★
2月3日・17日※
14:00~15:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,000】
マンドリンを弾いてみましょう!

大人のための リコーダー教室



おうちに眠ったままのリコーダーはありませんか? 優しく温かい音色で、懐かしいメロディからクラシックまで楽しみましょう。
★体験日★
2月5日・19日※
13:30~15:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,000(コピー代)】
簡単な楽譜を教える方
ソラリコーダー・アルト・リコーダーをお持ちの方

誤嚥予防しましょう! シニア歌声楽しくのどレ



口とどの体操で誤嚥予防をし、懐かしい歌も歌いながら楽しく時間を過ごしましょう! 「うたえるマスク」を着用するで、安心して受講できます。
★体験日★
2月11日・3月11日※
13:30~14:45
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,518】
筆記用具・お飲み物

戸塚刺しゅう



「戸塚刺しゅう」はヨーロッパの刺しゅうを日本人の感性に合わせてアレンジしたものです。フリ・刺しゅう、地刺しゅう、ドロワーク等さまざまな手法を使っています。小物類から大作まで、いろいろな作品で楽しめます。
★体験日★
2月4日・18日※
10:15~12:15
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,518】
縫い針・ハサミ

優雅な手仕事 タティングレース



ヴィクトリア時代に貴婦人の間で流行したタティングレース。小物やアクセサリーを中心に、初めての方にもわかりやすく指導します。
★体験日★
2月23日・3月23日※
13:00~15:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,400】
モチーフをばらばらにコースター

落語を半年で一席お教えします 落語講座



落語一席を半年でお教えします。落語の三要素の①声②しぐさ③ネタを半年で一期としてお教えします。
★体験日★
2月18日・3月18日※
13:30~15:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥55】
小幡などお持ち物 筆記用具

疲れた心と身体を癒しましょう チャクラでセルフヒーリング



優しい植物の効能でセルフヒーリング。その月にぴったりの気持ちと体を整えるアロマとハーブエッセンスを学びましょう。
★体験日★
2月8日・3月8日※
10:30~12:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,100】
植物のワケを使い、チャクラを整える方法をお伝えします。

色に聞く、本当の私を知る カラーセラピー講座



本当の自分を見つけ、未来を輝かせるために、カラーを学び、様々なセラピーワークを行う楽しい講座です。
★体験日★
2月27日・3月27日※
13:00~15:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥440】
カラーセラピー体験
お持ち物 筆記用具・ノート

基本を丁寧に学ぶ バレエクラス



年齢・経験にあわせて、しっかりと基礎を身に付けられるように心がけた細やかなレッスンをしています。
★体験日★
2月各4回※
16:00~16:50
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,518】
バレエの基本(手足の正しいポジション)を丁寧に教えます

基本を丁寧に学ぶ ジュニアクラシックバレエ



年齢・経験にあわせて、しっかりと基礎を身に付けられるように心がけた細やかなレッスンをしています。
★体験日★
2月各4回※
16:55~18:00
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,518】
バレエの基本(手足の正しいポジション)を丁寧に教えます

基本を丁寧に学ぶ ポワントクラシックバレエ



年齢・経験にあわせて、しっかりと基礎を身に付けられるように心がけた細やかなレッスンをしています。
★体験日★
2月各4回※
18:00~19:20
【体験料/¥825】
【教材費/¥1,518】
バレエの基本(手足の正しいポジション)を丁寧に教えます