

## 1DAY講座

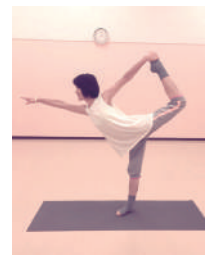
＜1DAY講座について＞

入会金 不要

- 入会金はかかりません。
- 受講料の他に1ヶ月につき運営維持費220円を講座ごとにお支払いいただきます。
- お一人様で複数受講して頂けます。
- 2日前までにご予約、受講料のお支払いをお願い致します。
- 基本的にキャンセル、返金はできません。
- 講座により申込み締切日を設定させていただいております。詳しくはお問い合わせください。

### ソフトヨガ①

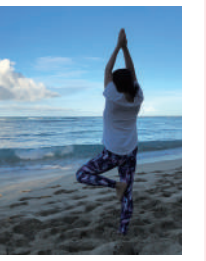
初めての方、ご年輩の方、体のかたい方でも安心して受講していただけます。呼吸を深め、ゆったりと心と身体をほぐし、楽しくリフレッシュしましょう。



- 対象/大人
- 講師/小早川 玲子(スマイルヨガ講師)
- 開講日/毎週木曜日
- 時間/10:30~12:00
- 受講料/各1,650円 ●教材費/なし

### ソフトヨガ②


ヨガの基本から学びたい方向けベシクなヨガレッスンです。はじめての方も体のかたい方も大歓迎!無理せず、体と心がよがるヨガと一緒に楽しみましょう。



- 対象/成人女性限定
- 講師/馬場 美恵(スマイルヨガ講師)
- 開講日/毎週水曜日
- 時間/13:00~14:30
- 受講料/各1,650円 ●教材費/なし

### 今日からはじめるヨガ


自分自身の呼吸にあわせてゆっくりと動いていくので、ヨガが初めての方でも気軽に行えます。まずは健康の為、美容の為に始めてみませんか?お待ちしております。



- 対象/どなたでも
- 講師/Erika(全米ヨガアライアンスRYT200)
- 開講日/毎週水曜日 ●時間/10:30~11:30
- 受講料/各1,650円 ●教材費/なし

### 文野書道教室 1DAY毛筆レッスン


中学生以上を対象とした毛筆レッスンです。



- 対象/中学生~大人
- 講師/伊藤 文野(謹慎書道会評議員)
- 開講日/4/20(土)-5/18(土) 6/1(土)-6/15(土)-7/6(土)-7/20(土) いずれも15:20~17:00 5/11(土)13:20~15:00
- 受講料/各1,650円 ●教材費/なし

### ときどき書道

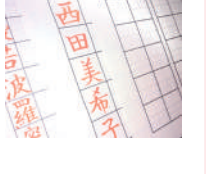
メンバーを卒業された方でも必要な時に応じて来ていただけます。(月)開講日入室出来る気軽な書道日です。



- 対象/小3~高3 ●講師/山田 蓮華(師範・書泉支局長)
- 開講日/月曜日の開講日
- 時間/①16:00~16:50 ②17:00~17:50 ③18:00~18:50 ④18:55~19:45
- 受講料/各1,320円
- 教材費/600円 本代(段・級取得希望者)

### 峰仙Room ちよっと小筆教室

ちよっと小筆で文字を書いてみませんか?基本を学んだ後は、名前や般若心経などを書きます。無心になれる瞬間を共に過ごしましょう。



- 対象/大人
- 講師/峰仙(毛筆師範 貴状技法検定準1級)
- 開講日/4/23(火)-5/7(火)-5/21(火) 6/4(火)-6/18(火)-7/2(火)-7/16(火)
- 時間/いずれも16:00~17:00
- 受講料/各2,200円
- 教材費/なし

### やさしいハタヨガ


ヨガの基本ポーズから連続ポーズまでやさしく丁寧に指導します。呼吸と身体に意識を集中することで無心になり、心と身体をリフレッシュさせる、気持ちのいいヨガです。



- 対象/大人
- 講師/岡田 素直(スマイルヨガ講師)
- 開講日/毎週水曜日
- 時間/18:30~20:00
- 受講料/各1,650円 ●教材費/なし

### 「己書」で笑顔になろう!


筆ペンでぐるぐる心温まる文字が誰でも簡単に書ける己書。上手い下手はありません。季節感あふれる味のある作品を楽しみましょう。



- 対象/10歳以上
- 講師/田垣 郁子(一般社団法人日本己書道場公認講師)
- 開講日/4/13(土)-5/11(土)-6/8(土)-7/13(土)
- 時間/いずれも10:15~12:15
- 受講料/各1人2,420円
- 各日2人で4,400円(同一日時の受講に限り) 各日500円(対象の筆ペン持参の有無により変わります※講座内でも購入できます)

### 自分の手相を見てみよう!

自分と同じ手相の人は誰一人存在しません。特別感のある、奥深い手相の知恵を、どなたにもわかりやすく解説します。



- 対象/大人
- 講師/東明学院専任講師
- 開講日/4/30(火)
- 時間/10:30~12:00
- 受講料/各2,640円
- 教材費/330円

### 誰でもわかる! たのしい手相入門編 (6回完結講座)


手のひらには、開運に導くためのヒントが隠されています。誰一人同じものはない「手相」の知恵を、楽しく解説いたします。



- 対象/大人 ●講師/東明学院専任講師
- 開講日/第3火曜 (5/21-6/18-7/16-8/20-9/17-10/15)
- 時間/いずれも13:30~15:00
- 受講料/15,840円(全6回分)
- 教材費/3,300円

### テコンドーエクササイズ ①②

手技・足技を使つてのミット打ちや、体幹筋力・バランス力を鍛えることで足腰を強くしていきます。組手はありませんので、楽しく初心者の方でも始められます。



- 対象/大人
- 講師/古田あゆみ(国際テコンドー連盟ITF-TAO JAPAN)
- 開講日/毎週水曜日
- 時間/①13:00~14:00 ②16:00~17:00
- 受講料/各1,100円 ●教材費/なし

### たのしい花文字体験

龍や鳳凰、花や動植物など、幸運をもたらす絵柄を組み合わせて文字を書きます。絵心、書道経験無しの方もお気軽にご参加下さい。



- 対象/大人
- 講師/広珠(ひろみ)(花文字恵鈴公認講師)
- 開講日/5/22(水) 13:00~15:00 7/23(火) 13:00~15:00
- 受講料/各2,750円
- 教材費/各300円

### 新規講座

#### たのしい花文字

龍や鳳凰、花や動植物など、幸運をもたらす絵柄を組み合わせて文字を書きます。絵心、書道経験無しというかたでも基本から学びますので楽しんで受講頂けます。



- 対象/大人 ●講師/広珠(ひろみ)(花文字恵鈴公認講師)
- 開講日/第3金曜日 ●時間/13:00~15:00
- 受講料/2,750円
- 教材費/道具購入の場合:5,000円(テキスト付) レンタルの場合:レンタル代 300円 テキスト代1,200円(初回のみ)
- 体験/2,750円

# 2024 見つけよう、楽しい仲間

# カルチャータウン

## リーフウォーク 稲沢校

カルチャータウンはショッピングセンターの中にあるカルチャースクールです。




### INFORMATION

ホームページ <https://www.seiha.com/culturetown/>  
カルチャータウン 検索

Instagram Facebook

見学・ご入会 随時受付中!

### リーフウォーク稲沢店内 2F



立体駐車場 2F 出入口

### 新規受講生募集!

## 春の入会キャンペーン

今なら 入会金 3,300円 ▶ 1,100円 (税込)

〈期間限定〉2024年5月末まで

お問い合わせはコチラ!

## カルチャータウン リーフウォーク稲沢校

TEL.080-9153-4030 (直通)  
0120-815-718 (セパネットワーク(株)につながりますので、折り返しのご連絡になります。)

〒492-8601 稲沢市長野7丁目1-2 リーフウォーク稲沢 モール棟2F  
受付時間 月~土/10:00~20:00 日・祝/10:00~18:00

