

RINKOカルチャー2022年度後期受講生募集

受付開始日・申込方法・その他注意事項等は表面にてご確認ください。 2022年10月～2023年3月

<p>運動 太極舞</p> <p>太極拳の動きや呼吸法などを取り入れたエクササイズです。運動が苦手な方でも安心して始めていただけます。</p>	<p>開講日 / 月曜日 13:30～14:30 講師 / 疋田 幸子 受講料 / 3ヵ月7,650円 (月3回) 定員 / 20名</p>	<p>趣味 ウクレレ教室 (初級)</p> <p>初心者でも演奏しやすいのが魅力です。初めての方も気軽にどうぞ。</p> <p>グループ レッスン</p>	<p>開講日 / 火曜日 13:00～14:00 講師 / 辻元 宏司 受講料 / 1ヵ月4,000円 (月2回)</p>
<p>運動 ストリートダンス教室</p> <p>ダンス経験者・大人向けのコースです。現在中学生から大人まで幅広く参加しています。</p>	<p>開講日 / 月曜日 20:10～21:20 講師 / Hook 受講料 / 1ヵ月3,000円 (月3回) 定員 / 20名</p>	<p>趣味 スケッチ教室</p> <p>初心者から上級者まで気軽に水彩画やスケッチ画を描いたり、展覧会制作をします。</p>	<p>開講日 / 木曜日 16:00～17:00 講師 / 峯島 良枝 受講料 / 1ヵ月4,000円 (月2回) 材料代別 定員 / 10名</p>
<p>運動 ボディケアヨガ</p> <p>肩こりや腰痛などはありませんか？血液循環を良くし、全身の筋肉を和らげ、身体の歪みを整えます。</p>	<p>開講日 / 火曜日 10:00～11:00 講師 / 北 京子 受講料 / 1ヵ月2,100円 (月3回) 定員 / 20名</p>	<p>趣味 レジンアクセサリー教室</p> <p>レジン樹脂制作の基本から応用、着色、アクセサリー加工のコツなどを学びます。</p>	<p>開講日 / 日曜日 10:00～12:00 講師 / 出雲 滋子 受講料 / 1ヵ月2,000円 (月1回) 材料代別 定員 / 10名</p>
<p>運動 すっきりヨガ</p> <p>毎日が忙しい方たちが、すっきり心も体も軽くなるように、ヨガを楽しんでいただきたいです。</p>	<p>開講日 / 火曜日 19:30～20:40 講師 / NORIKO 受講料 / 3ヵ月6,000円 (月3回) 定員 / 20名</p>	<p>趣味 アコースティックギター教室</p> <p>親しみやすく、アンプがなくとも音が出せるので、場所を選ばずに気軽に演奏できます。</p> <p>個人 レッスン</p>	<p>開講日 / 日時応相談 講師 / 辻元 宏司 受講料 / 1ヵ月6,400円 (月2回) ※1回追加毎に3,200円</p>
<p>運動 ビューティーヨガ</p> <p>呼吸を整え、自分のからだに引き合いリフレッシュ。心も身体もキレイを目指しましょう。</p> <p>女性 専用</p>	<p>開講日 / 水曜日コース13:30～14:50 土曜日コース10:15～11:35 講師 / 北 京子 受講料 / 各3ヵ月6,300円 (月3回) 定員 / 20名</p>	<p>教養 中国語教室</p> <p>あなたに合ったレベルで文化や歴史なども交えて楽しく学びます。</p> <p>個人 レッスン</p>	<p>開講日 / 日時応相談 (土・日曜日のみ) 1回90分 講師 / 崔 双杰 受講料 / 1ヵ月7,500円 (月3回) テキスト代別</p>
<p>運動 ダイエットヨガ</p> <p>緊張感のない呼吸法でコア・筋肉を鍛え美しい姿勢を意識しつつ、健康作りを目指すヨガエクササイズです。</p>	<p>開講日 / 木曜日 10:00～10:50 講師 / 宮氏 外恵 受講料 / 3ヵ月6,300円 (月3回) 定員 / 15名</p>	<p>こども ジュニアダンス教室</p> <p>身体能力、表現力が身に付きます。小学校低学年でも初めてでも大丈夫。一緒に楽しくダンス！</p>	<p>開講日 / 月曜日 19:00～20:00 講師 / Hook 受講料 / 1ヵ月3,000円 (月3回) 定員 / 20名</p>
<p>運動 ピラティス</p> <p>骨格や筋肉のバランスを整え、内臓の働きもアップ。本来自分が持っている自然な体バランスに近づけましょう。</p>	<p>開講日 / 木曜日 15:30～16:20 講師 / 宮氏 外恵 受講料 / 3ヵ月6,300円 (月3回) 定員 / 15名</p>	<p>こども こども造形教室</p> <p>子供達の右脳を働かせる絵画・工作を楽しみながら制作しましょう。絵画コンクールにも出展します。</p>	<p>開講日 / 金曜日 17:00～18:00 講師 / 峯島 良枝 受講料 / 1ヵ月4,000円 (月2回) 材料代別 定員 / 10名</p>
<p>運動 カタイからヨガ</p> <p>初めての方におすすめ。夫婦で参加大歓迎。初心者向けなので、体が硬くても大丈夫です。</p>	<p>開講日 / 土曜日 9:00～10:00 講師 / 北 京子 受講料 / 3ヵ月6,000円 (月3回) 定員 / 20名</p>	<p>こども 親子リトミック教室 ※通年講座のため、空き状況をご確認後にお申込みください。</p> <p>(1歳児) 月曜日コース10:00～10:45 (2歳児) 月曜日コース10:50～11:35 水曜日コース10:00～10:45 水曜日コース10:50～11:35 講師 / 七里 一美・中川 真由美 受講料 / 各コース1ヵ月3,000円 (月3回) 定員 / 各コース10組</p>	

サークル活動や教室の開講等にご利用いただけます

臨湖のお部屋を利用して、活動されているサークル・教室が多数ございます。活動したいけど、場所が無くてお困りのサークル・教室様、是非ご利用ください。但し、月に利用できる回数に制限がございます。定期的に臨湖をご利用される場合は、窓口にてご相談・お申込みください。

○臨湖で活動されている教室のご案内○ ※下記教室に参加ご希望の方は、臨湖までご連絡ください。代表者へお取次ぎいたします。

池坊いけばな教室

開講日 / 月曜日 17:00～19:00
土曜日 13:00～17:00

※時間に変更になることがあります。
講師 / 阿陪 光子

社交ダンス教室

開講日 / 木曜日 (初級) 13:00～14:00
(中級) 14:00～15:00

参加費 / 初級・中級 1回1,500円
講師 / 三谷 恵一・三谷 ちづる

寄せ植え教室

開講日 / 土曜日 13:30～15:30 (月1回)
参加費 / 月 4,000円～

講師 / 木野村 順子
オリジナル鉢植、苔玉など。

書道教室 (毛筆・硬筆)

開講日 / 金曜日 13:30～15:30 (月2回)
参加費 / 月 3,300円 (別途入会金要)

講師 / 田中 貴光
ペン・ボールペン・筆ペン・毛筆