

YOGA
DANCE
HEALTH
HOBBY
FLOWER
HANDCRAFT
ART
MUSIC
PRIVATE
KIDS

YOGA

吸うと吐く、集中とリラックス。
カラダの声を聞いて、ココロも若返り。

身体と心の健康ヨガ

いつまでも若々しく
元気にエイジングケア

日時 (月) 10:00~11:30
13:00~14:30

受講料 5,500円
講師 下村 綾子
ヨガ指導員

体験 随時体験可 1,100円

イキイキリフレッシュヨガ

ヨガで日頃の疲れや
ストレスもスッキリ!!

日時 (水) 18:30~20:00

受講料 5,500円
講師 辻本 多佳子
日本ヨガ普及協会 正会員

体験 随時体験可 1,100円

KIDS

自分たちはきっと、想像以上だ。
「できた!」を全力で楽しもう。

スコット先生の英会話

外国人講師と一緒にLet's English!

日時 月3回(土) 14:00~15:30

対象 中学生~高校生

受講料 6,600円
講師 スコット・サザーランド
英語講師

体験 随時体験可 1,100円

こども英会話

聞ける・読める・話せる・書ける4技能が身につくレッスンをいたします!

日時 (月) 16:30~17:20 (Lv2/年長~小3)
17:30~18:20 (Lv3/小1~小3)
18:30~19:30 (英検準2級/小1~中3)
(水) 17:30~18:30 (英検5級/小学生)
18:40~19:40 (英検4級/小学生)

受講料 6,600円 ※教材費別途
英検クラス8,800円 ※教材費込
講師 Change専任講師

体験 随時体験可 1,100円

やさしいヨガ

週明けの疲れをヨガで
スッキリしませんか?

日時 (月) 19:00~20:30

受講料 5,500円
講師 辻本 多佳子
日本ヨガ普及協会 正会員

体験 随時体験可 1,100円

健康ヨガ

ヨガの呼吸と動きで
日頃の疲れをリフレッシュしましょう!

日時 (土) 10:00~11:30

受講料 5,500円
講師 KEIKO
日本ヨガ普及協会 正会員

体験 随時体験可 1,100円

健康ストレッチヨガ

深い呼吸でリラックスしながら、生活習慣病やケガを予防
します。無理なく気持ちよく自分のできる範囲まで

日時 (木) 10:00~11:30
(金) 10:00~11:30

受講料 (木) 6,600円
(金) 月3回/4,950円

講師 吉田 啓子・木村 美也子
日本健康ヨガ協会所属

体験 随時体験可 1,100円

こどもフラダンス

子供も素直に踊ります!

日時 第1・2・4(月) 18:15~19:15

対象 小学生~中学生3年生

受講料 4,400円
講師 三千代アロヒカ
フラ ハラウ オ カレレフア師範

体験 随時体験可 1,100円

YOKOクリエイティブバレエ (こどもクラス)

バレエを始めてみませんか?

日時 (金) 17:30~18:30/初級
18:30~19:30/中級

対象 (初級) 4歳~小学生
(中級) 小学生

受講料 6,380円
講師 吉田 洋子・石田 ゆかり
YOKOクリエイティブバレエ主宰/講師

体験 随時体験可 1,100円

キッズのためのクラシックバレエ

リズム感と集中力を高めましょう!!

日時 (土) 15:40~16:40

対象 3歳~

受講料 6,000円
講師 赤松 昭子
日本バレエ協会会員
赤松昭子バレエスタジオ

体験 随時体験可 1,100円

癒しのスローヨガ

ご自身の体と心と
向き合う時間

日時 (水) 17:30~18:45

受講料 5,500円
講師 村尾 知津子
インド政府認定
ヨガインストラクター

体験 随時体験可 1,100円

女性のためのコアとヨガ

体と心を整える
自分の時間を持ちませんか?

日時 (金) 12:00~13:00

受講料 5,500円
講師 西原 都子
健康ヨガ・アシタンゴヨガ・
リストラティブヨガ・
アスリートヨガ・
フアンクショナルローラーピラティス

体験 随時体験可 1,100円

アクティブヨーガで脂肪燃焼

お仕事帰りにリフレッシュ!
姿勢改善効果も!

日時 (月) 19:30~20:45

受講料 月2回 4,950円
月3回 6,600円

講師 堀木 八重子
アクティブヨーガ
指導インストラクター

体験 随時体験可 1,100円

こども合気道

目指せ黒帯!

日時 (火) 17:00~18:00
(金) 17:00~18:00
※5.6.10.11月は金曜のみ

対象 年長~中学生2年生

受講料 月2回(月8回)のみ4,400円

講師 廣見 剛
公益財団法人大阪合気会師範

体験 随時体験可 1,100円

こどもフラワーアレンジメント (花育)

お子さんがお花を楽しめるお花教室

日時 第3(木) 16:00~18:30の間

対象 3歳~小学6年生

受講料 1,650円 ※花代別途

講師 北口 陽子
フラワーコーディネーター
スタジオFlourish主宰
国家検定一級フラワー装飾技能士

体験 随時体験可 1,100円*花代別途

こども生け花・養生流

お花とおしゃべり

日時 第1・3(日) 16:00~18:30
の間随時

対象 小学生

受講料 2,480円 ※花代別途

講師 西田 正南
家元名鑑

体験 随時体験可 1,100円*花代別途

アンチエイジングヨガ

心と体を
いつまでも美しく!

日時 第1・3(日) 10:00~11:10

受講料 4,400円
講師 ありこ
ヨガインストラクター

体験 随時体験可 1,100円

ヨガで本気の自分磨き

ヨガで本気の
自分磨き

日時 第2・4(日) 10:30~11:30

受講料 4,400円
講師 米田 美喜
ヨガインストラクター

体験 随時体験可 1,100円

はじめてのピラティス

身体のコア部分に動きかけ、
美しい姿勢と正しい身体の動きを学べます

日時 月3(日) 15:00~16:30

受講料 月2回 3,850円
月3回 4,950円

講師 madoka
ピラティスインストラクター

体験 随時体験可 1,100円

こども生け花・小原流

花への慈しみの心を養う

日時 第2・4(火) 13:00~20:00
の間随時

対象 小学生~中学生

受講料 2,480円 ※花代別途

講師 ミツ川 豊真
一般財団法人小原流
一級家元専門教授者

体験 随時体験可 1,100円*花代別途

こどもそろばん教室

天才になれ~る読上算導入

日時 (水) 16:30~17:30
17:30~18:30

対象 年長~

受講料 6,600円
※教材費別途

講師 鈴木 広美
珠算講師

体験 随時体験可 1,100円

こども書道教室 (土屋クラス)

正しくきれいな字を書こう

日時 ①第1・3(日) 10:00~12:00
②第2・4(金) 15:30~17:30
③毎週(水) 15:30~17:30

対象 全クラス5歳~

受講料 ①3,000円 ②4,000円

講師 土屋 春雷
HICS国際書芸サロン代表

体験 随時体験可 1,100円*教材費別途

親子ヨガ

ママが癒されることを大切に。
ママの笑顔が子どもを笑顔にします

日時 月3回(木) 13:00~14:00(レッスン50分)

受講料 6,600円
講師 Sayaka
Yoga Works200時間指導者(全米ヨガアソシエーション200時間)
産後ヨガインストラクター養成講座修了者・キッズヨガインストラクター 一度は開催済

体験 体験会9/12(木)・9/19(木)・9/26(木)
随時体験可 1,100円

DANCE

一度やってみたかったダンス。
一緒に楽しく踊って、綺麗になろう。

ハワイアンフラ

笑顔で心も身体も癒しましょう!

日時 第1・2・4(火) 19:00~20:30
第1・2・4(水) 11:00~12:30
13:00~14:30
20:15~21:30

受講料 5,500円
講師 三千代 アロヒカ
フラ ハラウ オ カレレフア師範

体験 随時体験可 1,100円

こども書道教室 (宗和クラス)

書き順や正しい鉛筆や
筆の持ち方で学べる

日時 月3(土) 13:00~15:00

対象 5歳~

受講料 3,850円 ※教材費別途

講師 宗和 横橋
日本書芸院参与
墨湯会常任総務

体験 随時体験可 1,100円

鳳泉書道教室 (こども)

書道始めてみませんか?
楽しく技能を身につけよう!

日時 月3回(火) 16:00~18:00

対象 小学1年生~中学生

受講料 5,500円 ※教材費別途

講師 山本 鳳泉
由源社常任委員/師範
日本書芸院一科審査員

体験 随時体験可 1,100円

キッズチアダンス

元気!勇気!!笑顔!!!

日時 (木) 16:25~17:25
(年中~小学3年生)
17:30~18:30
(小学3年生~中学3年生)

受講料 5,500円 ※教材費別途

講師 木津 華子・岡川 三奈美

体験 体験はお問い合わせください

フラダンス (中島クラス)

笑顔で一緒に踊りましょう!

日時 第1・2・4(金)
10:30~11:45 (経験者)
12:00~13:15 (初級)

受講料 5,500円
講師 中島 綾子
フラ ハラウ オ カレレフア
インストラクター

体験 随時体験可 1,100円

フラダンス (久本クラス)

素敵にLet's Hula!

日時 第1・2・4(月)
10:00~11:30

受講料 6,600円
講師 久本 英代
フラ ハラウ オ カレレフア
インストラクター

体験 随時体験可 1,100円

社交ダンス (漆原クラス)

「社交ダンス」で元気な人生を!

日時 (月) 16:15~17:45 (中上級)
(木) 18:30~20:00 (中級)
※木曜日は君江先生1人です

受講料 6,600円
講師 漆原 翔一
漆原 君江
公財日本ボールルームダンス連盟講師

体験 随時体験可 1,100円

キッズダンス

踊っていたら思わず笑顔に!
みんなで一緒にダンスを楽しもう!

日時 (土) 10:50~11:35

対象 小学1年生~小学6年生

受講料 5,500円 ※教材費別途

講師 HARUTO
プロダンサー

体験 随時体験可 1,100円

こども空手道

心技体を鍛え、自分に自信を持つ

日時 (土) 16:00~17:00
(年中~小学3年生)
17:15~18:15
(小学4年生~中学3年生)

受講料 4,400円
講師 小山 翔馬

体験 随時体験可 1,100円

ワクワク科学実験教室

日常生活の中に自然科学の謎いっぱい!

日時 第2・4(土) 10:30~12:00/総合
13:30~15:00/初級

対象 小学生

受講料 月1回3,500円 ※教材費別途
月2回5,000円 ※教材費別途

講師 辻尾 真美
元博物館科学指導員

体験 随時体験可 1,100円*教材費別途

大人の入門ダンス

初めての方も
踊れるようになります!

日時 (土) 10:00~10:45

受講料 5,500円
講師 HARUTO
プロダンサー

体験 随時体験可 1,100円

社交ダンス (水谷クラス)

楽しく踊りましょう♪ Shall we Dance?

日時 (水) 15:00~16:30 (初級①)
(土) 18:45~20:15 (初中級②)
(日) 13:00~14:30 (初級③)
15:00~16:30 (中級④)

受講料 ① 5,500円 ② 5,720円
③ 5,830円 ④ 6,050円

講師 水谷 真一・水谷 由紀枝
公財日本ボールルームダンス連盟講師

体験 随時体験可 1,100円

タップダンス

クールに楽しく
リズムを刻もう!

日時 (土) 12:30~13:30

受講料 7,700円
講師 小野 ちひろ
寒川久美子ダンスアート講師

体験 随時体験可 1,100円

ヒューマンキッズサイエンス ロボット教室

感動と驚きで、子どもたちを
算数・理科好きに

日時 第1・3(火) 17:15~18:45
(小学生ベーシック・ミドルコース)
第2・4(火) 17:15~18:45
(小学生ベーシック・ミドルコース)
第1・3(金) 16:30~18:00
(小学生ベーシック・ミドルコース)
第1・3(金) 18:15~19:45
(アドバンスプログラミングコース)
第1・3(土) 13:00~14:30
(年長~ブライマリー・ベーシックコース)
第2・4(土) 15:15~16:45
(年長~ブライマリー・ベーシックコース)

受講料 11,550円(11月~)
※教材費込
※初回キット別途
HOSグループ専任講師・
辻尾 真美
ヒューマンキッズサイエンス
ロボット教室講師

体験 随時体験可 1,100円*体験は保護者同席

Changeプログラミング教室

現役プログラマー監修! 自在教材

日時 (日) 10:00~11:00
11:15~12:15

対象 小学1年生~高校3年生

受講料 13,200円
※教材費別途
※パソコンレンタル代別途

講師 Change専任講師

体験 9/15(日)・9/22(日) 随時体験可 1,100円

こどもピアノ (田野クラス)

基礎からピアノを楽しもう!

日時 第2・4(土) 9:30~13:00
(各30分個人レッスン)

対象 3歳~

受講料 4,400円
講師 田野 増美
ピアノ講師

体験 空き状況はお問い合わせ下さい

バイオリンのおけいこ

必ず弾ける! 癒しのバイオリン

日時 第1・3(日) 10:00~16:00
(各30分個人レッスン)

対象 3歳~

受講料 6,600円
講師 酒向 由子
バイオリン教師
音楽療法士

体験 空き状況はお問い合わせ下さい

美しく情熱のフラメンコ

誰にでもできる楽しいフラメンコ

日時 第2・4(日) 10:00~11:30(上級)
11:45~12:45(初級)

受講料 (上級) 5,500円
(初級) 4,400円

講師 橋田 友美
帝塚山スタジオフラメンコ倶楽部
専任講師

体験 随時体験可 1,100円

YOKOクリエイティブバレエ (大人クラス)

一緒にバレエを楽しんでみませんか?

日時 (金) 19:30~20:30
中学生以上

受講料 月2回 3,850円
月4回 6,050円

講師 吉田 洋子・石田 ゆかり
YOKOクリエイティブ
バレエ主宰/講師

体験 随時体験可 1,100円

大人のためのクラシックバレエ

何歳になっても美しい背中で見ましょう! 初めての
方も出来ることから少しずつやっていきましょう。

日時 (水) 19:10~20:40(初心者向け)
(土) 17:00~18:20(初級)
18:30~20:00(中級)

受講料 6,600円
講師 赤松 昭子
日本バレエ協会会員/赤松昭子バレエスタジオ

体験 随時体験可 1,100円

こどもピアノ (和田クラス)

ピアノで楽しくドレミ!

日時 第2・4(火)
16:00~18:10
(各30分)

対象 4歳~

受講料 4,400円
講師 和田 恵子
ピアノ講師

体験 空き状況はお問い合わせ下さい

こども感性を育てる図画工作教室

工作・絵画を楽しむ
+レベルアップしましょう!

日時 (金) 17:00~18:30
(各30分)

対象 年長~中学生

受講料 6,600円 ※教材費別途
月2回5,000円 ※教材費別途

講師 近藤 桃香

体験 随時体験可 1,100円*教材費別途

イラスト・水彩画教室

水彩画を中心にコピック等
好きな画材で好きな絵を描きます

日時 第1・3(日)
10:00~12:00

対象 小学生~(成人可)

受講料 4,400円 ※教材費別途

講師 近藤 桃香

体験 随時体験可 1,100円*教材費別途