

講座案内

受講生募集中

新講座 ハワイアンフラ



曲の意味を理解しながら、フラの基本を丁寧に教えます。フラを愛し同じ仲間を愛しながら楽しく踊りましょう。

- 第2・3・4(火) 12:00~13:10
- 第2・3・4(火) 13:25~14:35
- 受講料/5,775円
- 講師/鈴木 ルミ子

6/8(火)スタート

無料体験講習会

5月25日(火)

新講座 気軽にはじめよう はがき絵



水彩、色鉛筆、サインペン、画材はなんでも大丈夫です。静物から風景まで、それぞれの個性に応じて、丁寧に指導します。

- 第2・4(金) 14:00~16:00
- 受講料/4,200円
- 教材費/525円
- 講師/嶺岸 啓順

6/11(金)スタート

無料体験講習会

5月28日(金)

新講座 笑いのヨガでストレス解消! ラフターヨガ



ヨガの呼吸法と笑いを統合したTVで話題の健康法。心身共に元気になることが医学的にも実証されています。

- 第2・4(金) 14:00~15:30
- 受講料/4,200円
- 講師/アマゾンなすこ山口 山田 李生

6/11(金)スタート

無料体験講習会

5月28日(金)

新講座 心も身体もハッピーにお迎え♪ 安産のためのマタニティヨガ



妊娠や分娩の生理学的なメカニズムを考慮した上で、「動」・「静」のバランスをとり、身体と内となる自分の魂との調和を図ります。

- (水) 9:45~10:30 (妊娠15週~36週)
- 受講料/4,725円(1ヶ月)(3ヶ月全9回)
- 講師/壹岐 友紀

6/2(水)スタート

無料説明会

5月26日(水) 10:00~10:15

新講座 水を使わず簡単綺麗 山の幸染め



身近なものがあなたのアイデア次第で素敵なデザインに変身。カラーマットとアイロンを使って世界に一つの染物を。

- 第1・3(火) 10:00~12:00
- 受講料/3,675円
- 教材費別途
- 講師/田宮 扶佐子

6/1(火)スタート

無料体験講習会

5月18日(火) 教材費500円 ハンカチ作り

新講座 魅惑の踊りを基本から 初めてのベリーダンス



中近東のエキゾチックな踊りは女性本来の美しさを引き出します。楽しく踊って美しく!!基本から丁寧に指導します。

6/8(火)スタート

6/11(金)スタート

- 第2・4(火) 13:30~14:30
- 第2・4(金) 18:00~19:00
- 受講料/4,200円
- 講師/蓮沼 智子

無料体験講習会

5月25日(火) 5月28日(金)

この他にも多彩な講座があります!!裏面と講座一覧をご覧ください。

カルチャー 仙台ビル



●一流の講師とすばらしい仲間

仙台青葉カルチャーセンター

CULTURE

〒980-0811 仙台市青葉区一番町2-3-10 カルチャー仙台ビル

TEL022-225-2698 (代)

<http://www.culture.gr.jp>

カルチャー

検索