

講座案内

受講生募集中

入会金
 (永久会員)
 通常料金3,150円のところ
50% OFF
 9月30日(木)まで
 今なら

新講座 姿勢矯正で10歳若返えろ
ウォーキングエクササイズ



日常生活で何気なく行っている姿勢、歩き方、呼吸を正しくすることで心も体も美しく健康になります。

- 第1・3(土) 13:00~14:30 9/18(土)スタート
- 第1・3(日) 10:00~11:30 9/19(日)スタート
- 受講料/3,675円
- 講師/伊藤 千賀

新講座 お家でかんたんに作れる
楽しいパン作り



菓子パンを中心にご家庭でもかんたんに作れる方法をお教えます。

- 第4(木) 10:00~12:00 9/30(木)スタート
- 受講料/1,680円 1回目は
- 教材費/630円 フォカッチャ作り
- 第1(土) 13:00~15:00 10/2(土)スタート
- 受講料/親子で2,100円 1回目は
- 教材費/親子で1,050円 カメロン作り
- 講師/ふるせ かずや

新講座 親子で楽しむ
アロハ★フラ



親子でハワイアンフラを楽しめるレッスンです。お子様と一緒に笑顔で楽しく踊りましょう。

- 第1・3(木) 17:15~18:15
- 受講料/親子で4,830円 無料体験講習会
- (お子様 2才~中学生)
- 講師/設楽 洋子 他 9月16日(木)
- スタッフ 楽しく踊りましょう

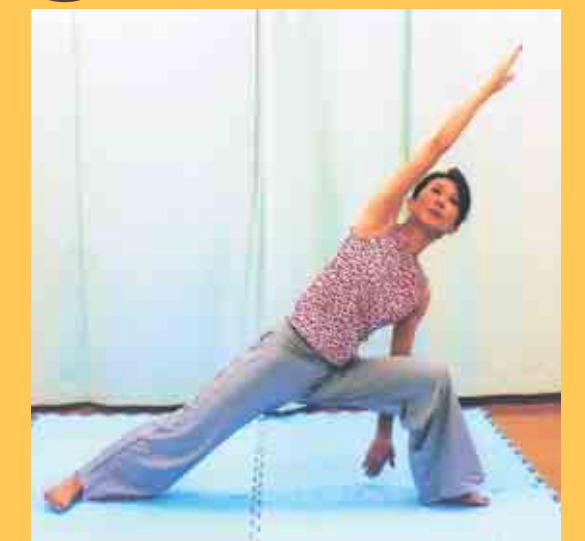
新講座 カードで占ってみよう!
タロット占い



ふしぎな絵が描かれたカードを使って、自分のことを占ったり気になる人を占うことができます。

- 第2・4(木) 9/9(木)スタート
- 19:30~21:00 (初心者)
- 受講料/3,150円
- 教材費/初回のみカード代 2,100円
- 講師/上條 ハンナ

新講座 ダイエット効果あり!!
シェイプアップ・パワーヨガ



体内を浄化し、新陳代謝を促す事でスリムでキレイな身体を目指します。

- (金) 19:30~20:45 無料体験講習会
- 受講料/5,250円 9月10日(金)
- 講師/新倉 妙子 スリムになろう

新講座 会話を楽しむ
韓国語



基本からゆっくり学び楽しく会話が出来ると、旅行にもとても役立ちます。

- (月) 初心者 13:00~14:00
- 経験者 14:10~15:10 無料体験講習会
- 受講料/5,250円 9月13日(月)
- 教材費/テキスト代 楽しく会話しましょう
- 講師/ホン・ヒャンスック

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。

●一流の講師とすばらしい仲間

SEVEN PLAZA セブンプラザ 5階 無料駐車場完備
 山形七日町パーキングプラザ (必ず駐車券をお持ち下さい)

山形七日町カルチャーセンター

CULTURE 〒990-0042 山形市七日町2丁目7-2 セブンプラザ 5階

TEL.023-625-2811(代)

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

カルチャー

検索