

全講座ワンコイン体験会!ご希望の講座をお選び下さい。
お申し込みは0766-26-7000まで。お気軽にどうぞ。

プール・ジム講座
おすすめ!水中運動特集

太田幸希の カラオケ教室 体験 9/28(水),10/12(水),11/6(木),12/7(木) 第2-4火 15:30~17:00 4,320円(月3回) 太田幸希	初心者のための ギター教室 体験 9/25(月),10/2(火),11/13(月),12/11(月) 第2-4火 13:30~14:30 3,240円(月2回) 舟橋 聖一	そば入門 体験 10/3(火),11/7(火),12/5(火) ※体験は変更料がかかります。 第1火 19:00~21:00 15:00(月1回) 小川 雄作	カラオケ 体験 9/20(水)・30(土),10/4(水)・7(土),11/1(火)・4(土),12/2(土)・5(火) 第1火 12:30~14:30 第2火 16:30~18:30 第3火 19:00~21:00 5,184円(月4回) 北井 崇	元気の出る カラオケ 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 10:00~12:00 6,480円(月4回) 松井 美智子	岡山二朗の カラオケ教室 体験 9/16(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 16:00~17:00 3,240円(月2回) 岡山二朗				
楽しい 童謡・唱歌 体験 9/18(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 13:30~15:00 3,024円(月2回) 加藤 美智子	大正琴 体験 9/25(月),10/10(火),11/14(土),12/12(火) 第2-4火 10:30~12:00 3,780円(月2回) 加藤 美智子	盆栽 体験 9/30(土),10/14(土),11/11(土),12/9(土) 第2-4土 10:00~12:00 2,808円(月2回) 加藤 美智子	囲碁 体験 9/30(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1火 13:00~16:00 4,752円(月4回) 川上 亮	健康マージャン 体験 9/25(月),10/23(月),11/13(月),12/11(月) 第2-4月(入門初級) 10:00~12:00 3,924円(月2回) 川上 亮	はじめての ウクレレ 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1-3火 11:00~12:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子				
中高年のための 簡単キーボード 体験 9/29(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 12:30~13:30 6,480円(月4回) 川上 亮	かんたん キーボード 体験 9/21(木)・29(金),10/5(木)・13(金),11/2(木)・10(金),12/7(木)・8(金) 第1火 17:30~19:00 5,184円(月4回) 川上 亮	かんたん キーボード 体験 9/29(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 13:30~15:00 2,808円(月2回) 加藤 美智子	挫折しない ギター(個人・グループ) 体験 9/27(火),10/11(火),11/6(土),12/13(火) 第1-3火 19:15~19:45(個人),20:00~20:30(グループ) 4,320円(月4回) 加藤 美智子	オカリナ 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1-3火 14:00~15:30 (入門)14:00~15:30 (中級)15:30~17:00 3,240円(月2回) 小川 雄作	ゆかいに歌こう オカリナ 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1-3火 10:00~12:00 3,240円(月2回) 小川 雄作				
はじめての フルート 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 10:00~12:00 5,400円(月2回) 加藤 美智子	初めての ハーモニカ 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第2-4火 10:30~11:30 3,456円(月2回) 加藤 美智子	はじめての二胡 体験 9/16(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 9:00~10:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	二胡 体験 9/16(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 (初級)10:00~11:00 (中級)11:00~12:00 6,480円(月4回) 加藤 美智子	挫折しない ギター(個人・グループ) 体験 9/16(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 14:30~16:00 4,752円(月4回) 加藤 美智子	ボイス トレーニング 体験 9/20(水),10/4(水),11/1(火),12/6(土) 第1-3水 19:00~20:30 6,480円(月4回) 加藤 美智子				
歌が上手に歌えるボイトレニング 体験 9/15(金)・18(月)・10/2(火)・6(金),11/3(金)・6(月)・12/1(金)・4(月) 第1-3火 13:00~15:00 第4火 13:00~15:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	ハーモニカ アロマテラピー 体験 9/16(土),10/21(土),11/18(土),12/16(土) 第3土 10:30~12:00 1,296円(月1回) 加藤 美智子	アイシング クッキー 体験 (お問合せ下さい) 第3火 13:00~15:00 第4火 2:00(月1回) 材料費1,200円(月1回) 加藤 美智子	コーヒー教室 体験 (お問合せ下さい) 第4火 18:30~20:00 12,960円(月4回) 加藤 美智子	スマイルクッキング 体験 9/30(土),10/14(土),11/11(土),12/2(土) 第2-4土 10:00~12:00 ※体験には受講料がかかります。 材料費1,200円(月1回) 会場 富山交流センター(富山県1324-1) 加藤 美智子	運動処方教室 体験 9/25(月)・28(木)・10/2(火)・5(金),11/6(月)・9(木),12/4(月)・7(木) 月10:30~12:00,木19:00~21:00 5,184円(月4回)	ストレッチ&水中運動 体験 9/30(土),10/7(土),11/11(土),12/9(土) 第1-3土 15:15~11:45 5,184円(月4回)	フレッシュアップ スイミング 体験 9/30(土),10/7(土),11/11(土),12/9(土) 第1-3土 15:00~17:00 5,184円(月4回)	おとなのスイミング 体験 9/28(木)・29(金),10/5(木)・6(金),11/9(木)・10(金),12/7(木)・8(金) 第1火 13:00~14:30,木18:45~20:15 5,184円(月4回)	のびのびスイミング 体験 9/25(月)~27(水),10/2(火)~4(木),11/6(月)~8(水),11/13(月)~14(水),12/4(月)~6(水) 月14:30~16:00,木13:00~14:30 水10:00~11:30 5,184円(月4回)

水中エアロビクス 体験日 9/25(月)・10/2(火)・11/6(木)・12/4(月) おすすめポイント ①水の苦しみ方でも大丈夫。泳いなり、滑ったりすることはありません。 ②運動不足・肩こり・腰痛等に悩んでいる方、水の特性を生かしたプールは絶好の場です。 講師 長谷田 昌子 ■日 時:月曜日 20:00~21:00 ■受講料:3,888円(月3回~)	水中エクササイズ 体験日 9/25(月)~30(土),10/2(火)~7(日),11/6(月)~11(土),12/4(月)~9(土) おすすめポイント ①水の抵抗を感じながら体を動かすので、効率的な脂肪燃焼や筋力アップに繋がります。 ②音楽に合わせて、簡単な動きで楽しく全身運動をしましょう。 講師 専任トレーナー ■日 時:月曜日 13:00~14:15 火曜日 14:30~15:45, 18:45~20:00 水曜日 13:15~14:15 土曜日 11:45~12:45 ■受講料:5,184円(月4回)	水中ウォーク 体験日 9/28(木)・10/5(木)・11/9(木)・12/7(木) おすすめポイント ①足場に負担を掛けない全身運動はコレです! ②陸上で歩くの比に比べ、カロリー消費、脂肪燃焼が数倍効果的です。 より簡単にダイエットしたい方におすすめです。 講師 専任トレーナー ■日 時:月曜日 15:00~15:45 ■受講料:5,097円(月4回)		
運動処方教室 体験 9/25(月)・28(木)・10/2(火)・5(金),11/6(月)・9(木),12/4(月)・7(木) 月10:30~12:00,木19:00~21:00 5,184円(月4回)	ストレッチ&水中運動 体験 9/30(土),10/7(土),11/11(土),12/9(土) 第1-3土 15:15~11:45 5,184円(月4回)	フレッシュアップ スイミング 体験 9/30(土),10/7(土),11/11(土),12/9(土) 第1-3土 15:00~17:00 5,184円(月4回)	おとなのスイミング 体験 9/28(木)・29(金),10/5(木)・6(金),11/9(木)・10(金),12/7(木)・8(金) 第1火 13:00~14:30,木18:45~20:15 5,184円(月4回)	のびのびスイミング 体験 9/25(月)~27(水),10/2(火)~4(木),11/6(月)~8(水),11/13(月)~14(水),12/4(月)~6(水) 月14:30~16:00,木13:00~14:30 水10:00~11:30 5,184円(月4回)
レディススイミング 体験 9/28(木)・29(金),10/5(木)・6(金),11/9(木)・10(金),12/7(木)・8(金) 月10:00~11:30,金10:00~11:30 5,184円(月4回)	週末リフレッシュ 体験 9/30(土),10/7(土),11/11(土),12/9(土) 第1-3土 13:00~14:30 5,184円(月4回)	ストレッチ専科 体験 9/26(火)・29(金),10/3(火)・6(金),11/10(金),12/5(火)・8(金) 月10:30~12:00,木19:00~20:30 金10:00~11:30,土13:00~14:30 4,788円(月4回)		

日本の芸能講座

茶道裏千家 体験 9/21(木),10/15(木),11/2(木),12/7(木) 第1火 13:00~15:00 第2火 15:30~17:30 4,752円(月4回) 井上 崇	茶道で学ぶ 和室のマナー 体験 9/21(木),10/15(木),11/2(木),12/7(木) 第1火 19:00~20:00 4,752円(月4回) 井上 崇	男性茶道(裏千家) 体験 9/19(火)・21(木),10/3(火)・5(木),11/7(火)・9(木),12/5(火)・7(木) 第1火 18:00~20:00 第2火 18:30~20:00 4,752円(月4回) 井上 崇	はじめての茶道 (立礼) 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1-3火 14:30~16:00 3,240円(月2回) 井上 崇	茶道裏千家 体験 9/20(水),10/4(水),11/1(火),12/6(土) 第1火 18:00~20:00 第2火 18:30~20:00 4,752円(月4回) 井上 崇	イスでもてなす 茶道入門 体験 9/20(水),10/4(水),11/1(火),12/6(土) 第1火 19:00~20:00 4,752円(月4回) 井上 崇	茶道表千家 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 14:00~16:00 第2火 16:30~18:00 4,752円(月4回) 井上 崇	茶道数内流 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1火 14:00~17:00 第2火 18:00~20:00 4,752円(月4回) 井上 崇	皇胤煎茶禮式 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 13:30~15:30 3,240円(月2回) 加藤 美智子	初めての香道 体験 9/16(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 13:00~14:00(初級),14:00~15:00(中級) 3,888円(月3回) 加藤 美智子	いけばな草月流 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 17:30~19:00 第2火 18:30~20:00 3,888円(月3回) 加藤 美智子	いけばな草月流 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 14:00~15:30 第2火 17:30~19:00 3,888円(月3回) 加藤 美智子	
いけばな古流 体験 9/26(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1火 17:30~20:30 5,616円(月4回) 加藤 美智子	民謡 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 15:15~17:15 5,184円(月4回) 加藤 美智子	詩吟 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 18:00~20:00 5,184円(月4回) 加藤 美智子	詩吟 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 13:30~15:30 3,888円(月3回) 加藤 美智子	舞踊 体験 9/30(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 10:30~12:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	歌謡舞踊 和舞 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 19:00~21:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	歌謡舞踊 民舞 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1火 15:30~17:30(初級),17:30~19:30(中級) 5,616円(月4回) 加藤 美智子	舞踊 体験 9/30(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 19:00~19:45 5,616円(月4回) 加藤 美智子	やさしい日本舞踊 体験 9/30(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 19:00~19:45 5,616円(月4回) 加藤 美智子	リフレッシュ 歌謡舞踊 体験 9/30(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 11:45~12:45 2,808円(月2回) 加藤 美智子	かんたん 日舞踊(上流・新舞踊) 体験 (お問合せ下さい) 第1火 13:00~14:00(初級),14:00~15:00(中級) 5,400円(月2回) 加藤 美智子	小唄と三味線 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 18:00~20:00 5,400円(月2回) 加藤 美智子	舞と三味線 と七折 体験 9/21(木),10/15(木),11/2(木),12/7(木) 第1火 14:00~17:00 5,400円(月2回) 加藤 美智子
やさしいお箏 体験 9/20(水),10/4(水),11/1(火),12/6(土) 第1火 13:00~14:30 3,888円(月3回) 加藤 美智子	民謡三味線 体験 9/20(水),10/4(水),11/1(火),12/6(土) 第2-4水 15:30~20:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	津軽三味線 体験 9/28(木),10/12(木),11/18(木),12/14(木) 第2-4木 10:00~12:00 5,400円(月2回) 加藤 美智子	謡曲と仕舞 体験 9/16(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1-3土 10:00~12:00 3,888円(月3回) 加藤 美智子	新歌舞踊 舞mai 体験 9/28(木),10/12(木),11/18(木),12/14(木) 第2-4木 20:30~21:20 6,480円(月4回) 加藤 美智子	越中おわら踊り(朝・夜コース) 体験 9/19(火)・21(木),10/3(火)・5(木),11/7(火)・9(木),12/5(火)・7(木) 第1火 18:00~21:00 第2火 19:00~21:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	胡弓 (入門・初級・中級) 体験 9/21(木),10/15(木),11/2(木),12/7(木) 第1火 20:20~21:30 (中級)20:20~21:30 (初級)21:30~22:00 7,344円(月4回) 加藤 美智子	おわら 三味線と唄 体験 9/21(木),10/15(木),11/2(木),12/7(木) 第1火 20:20~21:30 7,344円(月4回) 加藤 美智子	はじめての沖繩三線 (夜コース) 体験 9/28(木),10/12(木),11/18(木),12/14(木) 第2-4木 20:15~21:45 3,240円(月2回) 加藤 美智子	はじめての沖繩三線 (昼コース) 体験 9/28(木),10/12(木),11/18(木),12/14(木) 第2-4木 13:30~15:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	初めての尺八 体験 9/26(火),10/10(火),11/10(火),12/1(金) 第1火 19:00~20:00 第2火 19:00~20:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	良鳴電一の太鼓入門 体験 9/29(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 14:30~15:30 第2火 15:30~16:30 3,240円(月2回) 加藤 美智子	良鳴電一のこども 太鼓入門(親子可) 体験 9/29(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 18:00~19:50 こども6,480円(月4回) 親子3,240円(月2回) 加藤 美智子

美術・工芸・手芸・服飾講座

版画 体験 9/22(水),10/13(水),11/10(金),12/1(金) 第1火 18:00~20:00 4,752円(月4回) 加藤 美智子	木版画を楽しむ 体験 9/28(木),10/10(水),11/10(金),12/1(金) 第2-4火 10:00~12:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	日本画 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1火 19:00~21:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	日本画 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 10:00~12:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	日本画を描く 体験 9/16(土),10/7(土),11/4(土),12/2(土) 第1火 13:00~15:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	デッサンから始める 日本画 体験 9/26(火),10/13(水),11/10(金),12/1(金) 第2-4火 10:00~12:00 3,456円(月2回) 加藤 美智子	はじめての水画 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1-3火 13:00~15:00 3,888円(月3回) 加藤 美智子	水曜洋画教室 体験 9/21(木),10/15(木),11/2(木),12/7(木) 第1火 13:30~15:30 6,048円(月4回) 加藤 美智子	油絵 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 13:00~15:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	楽しい油絵 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 18:30~20:00 3,888円(月3回) 加藤 美智子	デッサン・水彩 体験 9/28(木),10/12(木),11/18(木),12/14(木) 第1火 13:00~15:00 3,888円(月3回) 加藤 美智子	色えんぴつ 水彩画教室 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 19:00~21:00 6,480円(月4回) 加藤 美智子	色えんぴつ 水彩画教室 体験 9/29(金),10/13(水),11/10(金),12/1(金) 第1火 13:00~15:00 6,480円(月4回) 加藤 美智子	
水彩画 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1火 10:00~12:00 4,536円(月3回) 加藤 美智子	パステル画で 風景を描く 体験 9/26(火),10/10(水),11/10(金),12/1(金) 第2-4火 10:00~12:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	高倉年志の 自由画 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 13:30~15:30 5,616円(月4回) 加藤 美智子	篆刻 体験 9/21(木),10/15(木),11/2(木),12/7(木) 第1火 18:00~20:00 5,184円(月4回) 加藤 美智子	アメリカン ペインティング 体験 9/21(木),10/15(木),11/2(木),12/7(木) 第1火 10:00~12:00 3,024円(月2回) 加藤 美智子	和紙ちぎり絵 体験 9/20(水),10/4(水),11/1(火),12/6(土) 第1-3水 10:00~12:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	大村隆徳の 楽しむ篆刻 体験 9/20(水),10/4(水),11/1(火),12/6(土) 第1-3水 13:30~15:30 3,240円(月2回) 加藤 美智子	和紙アート教室 体験 9/20(水),10/4(水),11/1(火),12/6(土) 第1-3水 13:30~15:30 2,592円(月2回) 加藤 美智子	和紙アート教室 体験 9/27(木),10/11(木),11/18(木),12/13(木) 第1-3木 10:00~12:00 2,592円(月2回) 加藤 美智子	はじめての 和紙ちぎり絵 体験 9/26(火),10/10(火),11/10(火),12/1(金) 第1火 10:00~12:00 2,592円(月2回) 加藤 美智子	心を贈る絵手紙 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 13:00~15:00 2,808円(月2回) 加藤 美智子	庵主さまの ほろろみ写仏 体験 (お問合せ下さい) 第1火 14:00~16:00 1,620円(月1回) 加藤 美智子	文字を楽しむ書 体験 9/27(木),10/11(木),11/8(木),12/13(木) 第2-4木 13:00~15:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	書道 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 18:00~20:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子
津田海仙の 筆へ教室 体験 (お問合せ下さい) 月10:00~12:00 4,860円(月2回) 加藤 美智子	筆入門 体験 9/23(金),10/13(金),11/10(金),12/1(金) 第2-4金 18:30~19:30 3,240円(月2回) 加藤 美智子	引舟舟の 美文字の法則 体験 9/23(金),10/13(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 10:00~11:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	書道 体験 9/19(火),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1火 10:00~12:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	ペン習字(筆ペン・ボールペン) 体験 9/28(木),10/12(木),11/18(木),12/14(木) 第1火 13:00~15:00 5,616円(月4回) 加藤 美智子	総合書道 (中学生一般) 体験 9/28(木),10/12(木),11/18(木),12/14(木) 第1火 18:30~20:30 5,616円(月4回) 加藤 美智子	はじめての切絵 体験 9/15(金),10/6(金),11/10(金),12/1(金) 第1火 10:00~12:00 2,808円(月2回) 加藤 美智子	やさしいはがき絵 体験 9/15(金),10/3(火),11/7(火),12/5(火) 第1火 10:00~12:00 1,404円(月1回) 加藤 美智子	選辺一生の 木彫り入門 体験 9/25(月),10/2(火),11/6(木),12/4(月) 第1火 13:00~15:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	初心者の 写真教室 体験 9/30(土),10/28(土),11/11(土),12/16(土) 第2-4土 13:30~15:30 3,240円(月2回) 加藤 美智子	はじめての 和紙人形 体験 (お問合せ下さい) 第2-4火 13:00~16:00 4,968円(月4回) 加藤 美智子	仏像を彫る 体験 9/27(木),10/14(木),11/11(木),12/1(金) 第1火 13:30~16:00 3,444円(月4回) 加藤 美智子	大塚洋一の 写真教室 体験 9/29(金),10/13(水),11/10(金),12/1(金) 第1火 10:00~12:00 3,024円(月2回) 加藤 美智子	
パッチワーク ハイアキルト 体験 9/27(木),10/11(木),11/8(木),12/13(木) 第2-4木 10:00~12:00 3,240円(月2回) 加藤 美智子	インクアクリル ペイント 体験 9/28(木),10/12(木),												