

キッズ講座 17講座

ダンスに体操、スイミングなど学校の授業も視野に入れた充実のプログラムで子供達の可能性を引き出していきます。

幼児体操教室 (4才~6才)

様々な運動で身体だけでなく、意欲、自信、自立の精神も養えます。

受講料 13,800円(11回)
 (月)/17:00~18:00 (木)/15:30~16:30
 (金)/15:30~16:30 定員/各15名

子供の器械体操 (小1~小3)

マット、跳び箱、鉄棒を通じチャレンジ精神を育みます。

受講料 13,800円(11回)
 (木)/16:45~17:45 (金)/16:45~17:45
 (土)/17:50~18:50(※講師認定者のみ) 定員/各15名

ジュニア新体操

美しい姿勢と柔軟性を高め、手具を使い楽しく競技につなげます。

受講料 13,800円(11回)
 (3~5才)(水)/15:30~16:30 (6~9才)(水)/16:45~17:45 定員/各20名

ジュニア英会話教室

身近にあるもの、興味のあるものから英語に親しみ楽しく学びます。

受講料 15,400円(11回)
 (年長~小2)(金)/16:30~17:30 定員/5名
 (小3~小6)(金)/17:40~18:40 定員/8名

キッズJAZZ (4才~小6)

みんな明るく、元気な子供達いっぱい教室です。まずは身体の基礎づくり、そしてリズムに合わせて楽しく踊りましょう。

受講料 13,800円(11回)
 (月)/15:45~16:45 定員/15名

クラシックバレエ

本格的なバレエのレッスンのための基本姿勢・ポジションを学び、基礎体力・音楽・リズム感・柔軟性・表現力を養います。小学生クラスではさらにバレエの基礎を学びます。

受講料 13,800円(11回)
 (3~6才)(土)/10:00~10:45 (小1~小4)(土)/11:00~12:15 定員/各20名

ジュニアHIP HOP

アットホームな雰囲気で行っています。インターロックトレーニングでリズム感を身に付け、一緒に楽しく踊りましょう。

受講料 13,800円(11回)
 (小1~小3)(火)/16:40~17:30 (小4~小6)(火)/17:30~18:30 定員/各15名

HIP HOP入門 (4才~小6)

最新スタイルのニュースクール・ヒップホップダンスを通じ、自己表現の楽しさを学べながらカッコ良く踊りましょう。

受講料 13,800円(11回)
 (水)/17:00~18:00 定員/15名

子供の絵画教室 (小1~小6)

絵を描くことで想像力・工夫する力・美的センスを養うことが出来ます。まずは、絵を描くことの楽しさを体験しましょう。(アクリル絵の具を使います。※画材はイメージです)

受講料 7,600円(6回)
 (土)/隔週 10:00~11:30 定員/15名

小学生の硬筆・毛筆

集中力を養い書くことの楽しさを伝え、レベルにあった指導をしていきます。

受講料 13,800円(11回)
 (木)/15:30~17:00 定員/15名

子供の将棋教室

子供から将棋に親しむことは、脳に刺激を与え発達を促します。
【対象年齢】小1~小6

受講料 13,800円(11回)
 (金)/16:00~17:00 定員/10名

子供の囲碁教室

囲碁の発達は脳の発達により刺激となります。
【対象年齢】小1~小6

受講料 13,800円(11回)
 (水)/16:00~17:00 定員/10名

PLAISIR ジュニア スイミングスクール ~カラダづくりに、泳力アップに 今こそスイミング!~

特長 【その1】少人数制レッスン! 【その2】お休みしても安心振替制度! 【その3】見学・体験無料!

	月	火	水	木	金	土
15:30	幼児の水あそび (打越)	幼児の水あそび (坂本)	幼児の水あそび (瀬戸)	幼児の水あそび (打越)	幼児の水あそび (瀬戸)	
16:00	幼児のスイミング (打越・瀬戸)	幼児のスイミング (坂本)	幼児のスイミング (小松・瀬戸)	幼児のスイミング (打越)	幼児のスイミング (瀬戸)	
16:05						小学生のスイミング (打越・小松)
16:50	小学生のスイミング (打越・瀬戸)	小学生のスイミング (坂本)	小学生のスイミング (小松・瀬戸)	小学生のスイミング (打越)	小学生のスイミング (和田)	小学生のスイミング (打越・小松)
16:55						
17:55	小学生のスイミング (打越)	小学生のスイミング (坂本)	小学生のスイミング (小松)	小学生のスイミング (打越)	小学生のスイミング (和田)	
18:55	選手育成クラス (楠本)					
19:05						

※表記の時間には、体操・シャワー等の時間を含みます。
 ※時間や講師は変更になる場合がございます。
 ※生徒数が多い場合は、補助スタッフを入れて対応します。

幼児の水あそび

スイミング上運の為に早くから水に慣れることが重要です。

【受講料】 対象【3~4才】
週1 9,400円(3ヶ月)

幼児のスイミング

顔付けからバタ足まで泳げるようになる事を目標に。

【受講料】 対象【4~6才】
週1 12,500円(3ヶ月)
週2 16,200円(3ヶ月)

小学生のスイミング

クロールマスターそして平泳ぎ。レベルに応じた泳法取得も指導。

【受講料】 対象【小1~小3】
週1 13,800円(3ヶ月)
週2 19,500円(3ヶ月)

小学生のスイミング

フォームの修正とレベルに応じて、4泳法の取得を目指します。

【受講料】 対象【小4~小6】
週1 13,800円(3ヶ月)
週2 19,500円(3ヶ月)

選手育成クラス

「田辺西牟婁 小学校水泳大会」で活躍できるお子様を育てます。
※講師の認定が必要となります。

【受講料】 対象【小4~小6】
週1 4,700円(1ヶ月) 週1 14,000円(3ヶ月)
週2 6,600円(1ヶ月) 週2 19,800円(3ヶ月)

受講申込みのご案内

- 電話による仮受付もいたしますが、窓口受付を優先します。この仮受付の場合は、電話申し込みから7日以内に必ず当センターの窓口で受講申込み(当センター備付)に記入のうえ、受講料(教材費)を直接納めていただきます。(未納の場合は無効になります。)なお、定員になり次第締切させていただきますのでご了承ください。
- 受講料は申し込みの際に3ヶ月分現金で納めて頂く、毎月の口座引き落としとなります。口座引き落としの場合は最初の1ヶ月分は現金にて納めて頂きます。引き落とし通帳の口座番号と、名義をお知らせいただき用紙にご記入ください。
※引き落とし希望の方は、銀行印をお持ちください。

お引き落とし手数料は、お客様の御負担とさせていただきます。

- 見学や無料体験は、各講座随時受付しております。ただし、体験は1講座まで、それ以上は1回参加につき1,800円となります。(要予約)大会や発表会前は、体験、入会をお断りする場合があります。※詳しくは、お問い合わせください。
- 受講申込みが極端に少ない講座については、開講できない場合もありますので、あらかじめご承知おかせください。
- 講座によって教材費、材料費等の実費が必要なときは、受講者の負担となります。
- お支払いいただいた受講料は、原則として払い戻しいたしません。ただし、転勤、病气などでやむを得ない場合は、払い戻しすることがあります。

講師募集中

当施設では、講師を募集しています。
お電話の上、履歴書をご持参ください。

お問い合わせ先
☎0739-23-6677

休館日：平成27年12月29日(火)~平成28年1月3日(日)

見学・体験無料!

※ジム・プールを除く講座のみ

PLAISIR プレジール

教室風景をWebでもご覧頂けます!

プレジール 田辺

QRコード
スマホ・携帯からもご覧頂けます。

有効期限
平成27年10月~平成28年3月

入会金・年会費 不要!



フリータイム ご利用案内

10月からご利用時間が変更となります。

温泉水利用時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
ウォーキングのみ	30	30	30	30	30	30	30
フリータイム	15	15	15	15	15	15	15
合計	45	45	45	45	45	45	45

10時 11時 12時 13時 14時 15時 16時 17時 18時 19時 20時 21時

1回 750円 税込
※ジム・プールどちらか

回数券 6,300円 税込
11枚綴り
※1枚につきどちらか

◆トレーニングジムは終日フリータイムとなっております。

利用時間
月~金 10:00~21:30 土 10:00~20:30 日祝 10:00~18:30

●中学生以上の方であれば、誰でも自由にご利用できます。(小学生不可)
●の時間は、子供のスイミング講座の為、海側のコースでウォーキングのみのご利用となります。

フリーパス (30日間)
温水プール 5,500円 税込
トレーニングジム

〒646-0023 和歌山県田辺市文里2丁目37番25
 tel 0739-23-6677 fax 0739-23-0318
 URL http://www.plaisir-tanabe.co.jp
 mail info@plaisir-tanabe.co.jp


営業時間
月~金 10:00~21:30
土 10:00~20:30
日・祝 10:00~18:30

アクア講座 5 講座

プールで楽しみながら体を動かしてみませんか？ウォーキングからスイミングなど、マイペースに楽しめるプログラムがあります。

★健康水中ウォーキング

肩こり、腰痛、膝痛の予防と改善を目指します。水中なら、無理なく運動を始められます。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 15,000円(11回)
(火)/10:00～11:00 定員/各25名
(金)/10:00～11:00

マイペーススイミング

水泳を自分のペースで習いたい方や体力アップ、減量目的の方まで、一緒に楽しく泳ぎましょう。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 15,000円(11回)
(月)/19:15～20:15
(水)/19:15～20:15 定員/各10名

泳いでシェイプアップ! (泳法レッスン)

泳法の基本から指導致します。泳げる方には更なる泳力アップを目指す内容になっています。



健康運動実践指導者 田中 利枝(月)(水) 打越 歩(土) 講師

受講料 15,000円(11回)
(月)/10:00～11:00
(水)/19:15～20:15 定員/各15名
(土)/11:10～12:10

水中健康体操

足腰に負担をかけずにウォーキングや体操を行います。泳げない方、顔や頭を水に濡らしたくない方もお待ちしております。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 15,000円(11回)
(水)/10:00～11:00 定員/15名

アクアピクス (プールで運動)

余分な脂肪が気になる方、大歓迎！コアトレーニングやリラックスストレッチを取り入れたダイナミックな動きでガンガン燃やしましょう。泳げなくてもOKです！



全米アクアエクササイズ協会認定指導者 瀬戸 恵美子 講師


受講料 15,000円(11回)
(木)/10:00～11:00 定員/25名

フィットネス講座 17 講座

「何か運動をしたいな」と思っても一人ではなかなか長続きしませんよね。気の合う仲間や先生と一緒に楽しみながら続けていきましょう。

★ハタヨーガ

日々の体の変化を感じながらやさしいストレッチ系ヨーガを行います。1日の終わりにリラックス出来る時間を作ってみませんか。
※画像はイメージです



健康運動指導士 堀内 京子 講師

受講料 14,200円(11回)
(火)/19:00～20:00
(木)/20:30～21:30 定員/15名

各教室 見学・体験無料!!

あなたの目で見て下さい。
おためし受講
お一人様1回まで無料

★マイペーストレーニング

今のあなたの状態をチェックして個々の目標を立てていきます。体力アップ、減量、リハビリなど何でもご相談ください。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 14,200円(11回)
(月)/13:30～15:00 (水)/13:30～15:00
(火)/13:30～15:00 定員/各6名

★ヨーガ

ヨーガでカラダの中からキレイに。カラダのゆがみを取りのぞきながら、心とカラダのバランスを整えます。



全米ヨガアライアンスインストラクター 吉田 早紀 講師

受講料 14,200円(11回)
(月)/10:00～11:30 (火)/13:00～14:30
(土)/10:30～11:30 定員/各25名

癒しのヨーガ

ヨーガでいつまでも美しく！リンパの流れを良くし、足のむくみや疲れ、腰痛、肩こりなどを解消します。



ジャパンヨガセラピー協会 ヨガインストラクター 内田 晶子 講師

受講料 12,000円(11回)
(金)/19:00～20:00 定員/15名

★健康体操

音に合わせて楽しく行う体操教室です。日頃使わない筋肉を目覚めさせ、若々しい体づくりを目指します。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 14,200円(11回)
(火)/10:00～11:30
(木)/13:15～14:45 定員/各25名

★健康エクササイズ

ストレッチとリズムに合わせて行うエクササイズ。呼吸法を大切にしたい教室です。身も心もリフレッシュしましょう！




健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 14,200円(11回)
(金)/19:10～20:40 定員/15名

★ジャズ&ストレッチ

癒しのストレッチと美しいダンスのレッスン。基礎運動を通じて呼吸法をマスターし、素敵な体型づくりを目指します。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 14,200円(11回)
(水)/19:00～20:30 定員/15名

★ヨーガ

ヨーガでカラダの中からキレイに。カラダのゆがみを取りのぞきながら、心とカラダのバランスを整えます。



全米ヨガアライアンスインストラクター 吉田 早紀 講師

受講料 14,200円(11回)
(月)/10:00～11:30 (火)/13:00～14:30
(土)/10:30～11:30 定員/各25名

ヒーリングストレッチ

音にのせてゆったりと癒されませんか？マイペースに楽しく…ひとときをご一緒しましょう♪中高年の方、大歓迎です。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 14,200円(11回)
(金)/10:30～11:45 定員/15名

太極拳

心と体の統一によって体調不良を解消し、足腰の老化防止につなげます。



田辺太極拳普及員 中国武術初級 堀田 由紀 講師

受講料 14,200円(11回)
(24式)木/10:00～11:30
(48式)金/10:00～11:30 定員/各20名

コアピクス

ラテン・エスニック系音楽に合わせて骨盤周辺を動かします。ウエストの引き締め、骨盤調整、脂肪燃焼効果が高いのが特徴です。




健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 12,900円(10回)
(木)/10:30～11:30 定員/20名

★カーディオキック

軽快な音楽に合わせてパンチ、キック！脂肪燃焼効果ばつぐんです。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 14,200円(11回)
(日)/10:00～11:00 (土)/19:00～20:00
(水)/10:30～11:30 定員/各25名

★エアービクス

ダンスエアロを取り入れて楽しみながらダイエット、ストレス解消しましょう。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 14,200円(11回)
(土)/13:15～14:15 定員/25名

エアービクス

ダンスエアロを取り入れて楽しみながらダイエット、ストレス解消しましょう。



健康運動指導士 プレジールスタッフ 和田 由紀子 講師

受講料 14,200円(11回)
(土)/13:15～14:15 定員/25名

はじめてのベリーダンス

主にエジプト、レバノンの音楽に合わせて楽しく、美しくベリーダンスを習得しましょう！経験豊富なダンサーがご指導致します。




Kamal Belly Dance Troupe代表 ベリーダンサー Kamal 講師

受講料 9,900円(6回)
(水)/隔週 19:30～20:45 定員/25名

フリースタイル

HIP HOPの基礎をもとに体を作り、様々なジャンルを混ぜてダンスを踊ります。




PLUS DANCE FAMILY 主宰 山本 佑 講師

受講料 14,200円(11回)
(火)/20:15～21:15 定員/20名

社交ダンス

心身の健康、人と人のふれあい、ソシアルダンスを始めましょう。



全日本ダンス協会 日本ボールルームダンス連盟 インストラクター 東山 順子 講師

受講料 14,200円(11回)
(金)/13:00～14:30 定員/25名

日本舞踊

日舞習得は心身の健康や立ち振る舞いの美しさに効果があります。



日本舞踊坂東流師範 坂東 佳恵 講師

受講料 14,200円(11回)
(水)/13:30～15:00 定員/25名

ハワイアンダンス

フラダンスは手の動きを使って歌の意味を表現するハワイの民謡です。美容とリラクゼーションに役立ててみませんか？



ハワイアンダンス協会 日本ハワイアン協会 龍畑 ひとみ 講師

受講料 14,200円(11回)
①(火)/15:00～16:30 ③(木)/20:00～21:30
②(木)/18:30～20:00 ④(月)/20:00～21:30 定員/各30名

アウトプレジール 2 講座

当館内では難しい授業を、専門施設と連携して開講しています。専用の設備が充実している施設でのプロ指導を受け、スタジオや教室とは違う開放感の中、楽しく学びませんか。

★マイペースウォーキング (健康運動指導士 和田 由紀子 監修)

コートレやストレッチで体の軸を安定させ、正しいフォームを身に付けて楽しく歩きましょう！雨の日は館内でトレーニングします。



健康運動指導士 和田 由紀子 監修

受講料 11,000円(11回)
(火)/19:00～20:30 定員/各10名

ゴルフ教室

運動不足解消、ストレス解消、その他の目的の方、初心者から本格派の方まで、誰でもコーチの親切な指導を受けられます。



健康運動指導士 和田 由紀子 監修

受講料 16,100円(11回)
初級(水)/18:30～20:00 定員/各8名
中級(水)/20:00～21:30

🔄 印のついた講座同士(同じ講師)は、互いにふりかえができます。

カルチャー講座 32 講座

生活に役立つ教養から、新たな趣味を広げる講座まで、多くの教室を開講しています。レベルアップを目指す方も、初めての方も、安心して取り組める内容になっています。

やさしい英会話

テキストには頼らず、フリートークで話術をつけることを目標にしています。まずは簡単な場面の言い回しから始めのステップを踏み出してみませんか？

講師 クリスティナ 千代 内

受講料 16,900円(11回)
(金)/20:15~21:15 定員/12名

実用英会話

会話を中心に実際に使える英語を楽しみながら、勉強していきます。テキストに頼らず、生の英語に触れてみませんか？

講師 クリスティナ 千代 内

受講料 16,900円(11回)
(金)/19:00~20:00 定員/12名

はじめての中国語

「こんにちは」や「私は〇〇です。」など基本的なフレーズから始めていきます。中国語圏への旅行・出張などを楽しまたい方に最適です。講師は日本語が話せますので初心者大歓迎です。

講師 中国語講師

受講料 16,900円(11回)
(水)/20:15~21:15 定員/12名

みんなの中国語

北京語、中国語を学習する方向けの内容となっています。すぐ「使える」と実用性を重視しています。

講師 中国語講師

受講料 16,900円(11回)
(水)/19:00~20:00 定員/12名

手編み教室

手編みの素晴らしさは、自分で編んで自分で着れる楽しさです。初めての方でも基礎から丁寧に指導致します。

講師 プラザー 編物研究会 松場 治子

受講料 14,200円(11回)
(金)/13:00~14:30 定員/20名

歌謡教室

少人数での個人レッスンを中心に歌のランクアップをしましょう。

講師 井戸 楊 補

受講料 14,200円(11回)
(月)/19:00~21:00 定員/12名

漫画イラスト教室

イラストから物語の作り方。水彩画の絵の描き方をお教えします。絵を描く目的、目標に見合った教え方をしていきます。

講師 イラストレーター 橋 保之

受講料 14,200円(11回)
(木)/19:00~20:30 定員/15名

将棋教室

初心者から熟練の方まで、丁寧に教えます。教室には、時間内であればいつ来ていただいても結構です。

講師 日本将棋連盟指導士7段 前田 造

受講料 14,200円(11回)
(金)/15:00~16:30 定員/10名

ペン習字

実用小文字、ペン字などを中心とした、日常生活に必要な書き等を基礎から応用まで幅広く指導致します。

講師 毎日展友会・田辺市展覧会委員 本多 秋光

受講料 14,200円(11回)
(木)/19:00~20:30 定員/25名

書道 B

初めての方から多少経験のある方まで、基礎から勉強し、それぞれの実力に応じてランクアップするための指導を致します。

講師 毎日展友会・田辺市展覧会委員 本多 秋光

受講料 14,200円(11回)
(水)/19:00~20:30 定員/各25名
(木)/10:00~11:30 定員/各25名

はじめての書道

はじめての方、基本をしっかり学びたい方向けに文字の基本ときれいに書く為のトレーニングを中心に授業を進めています。初心者の為に道具のレンタルも行っていきます。

講師 毎日展友会・田辺市展覧会委員 崎崎 稲村

受講料 14,200円(11回)
(月)/19:00~20:30 定員/15名

書道 A

漢字、かなの基本(初心者)から作品の創作(上級者)まで、幅広く学べる書道教室です。趣味や教養として楽しみませんか？

講師 毎日展友会・田辺市展覧会委員 崎崎 稲村

受講料 14,200円(11回)
(木)/13:30~15:00 定員/各20名
(土)/10:00~11:30 定員/各20名

囲碁教室

全くの初心者からでも講義と対局で考え方とテクニックを指導します。

講師 アマ6段 石原 真紀男

受講料 14,200円(11回)
(水)/13:30~15:30 定員/10名

ギター教室

初心者大歓迎！楽器の選び方、コード譜の読み方など基本的なことから、高いレベルの演奏を目指す方まで、楽しく学ぶ事ができます。楽器の貸し出しもいたします。

講師 下田 藤百史

受講料 14,200円(11回)
(火)/19:00~20:00 定員/10名

ウクレレ教室

ウクレレを始めたい方大歓迎！ハワイアン風の伝統的な奏法を学び、童謡、洋楽、邦楽などの曲で気軽に楽しく一緒に学びませんか？楽器の貸し出しもいたします。

講師 下田 藤百史

受講料 14,200円(11回)
(火)/20:15~21:15 定員/10名

三味線教室

初心者の方も経験者の方も大歓迎です。童謡・民謡・地歌など、一緒に楽しく弾いてみませんか。(貸し出し用の三味線あります(※事前予約))

講師 生田流三味線 真砂 良子

受講料 14,200円(11回)
(火)/10:00~11:30 定員/10名

★華道(小原流)

男性も大歓迎。国内外に支部を持つ小原流でいけばなを楽しみましょう。

講師 小原流専門教師 榎本 博雲

受講料 14,200円(11回)
(火)/10:00~12:00 定員/各20名
(火)/18:00~20:00 定員/各20名

華道(未生流)

人と自然のふれあいが花を活ける心。高価な花ではなく、庭に咲いている花を何気なく一つ活かしてみませんか。

講師 田辺市展覧会委員 栗栖 恵美雨

受講料 14,200円(11回)
(木)/14:00~15:30 定員/20名

★フラワーアレンジメント

フラワーアレンジメントの基本の形やヨーロッパスタイルを取り入れながら、季節のアレンジメントが色々楽しめます。

講師 「花空間」・日本フラワーデザイナー協会講師 ①川崎 千津枝
NFD(日本フラワーデザイナー協会)講師 ②鈴木 ゆかり

受講料 7,800円(6回)
①(水)/隔週 13:30~15:00
②(火)/隔週 19:00~20:30 定員/各20名

NEW プリザーブドフラワー

毎月、季節に合わせたアレンジをご用意致します。水を与える必要がなく、生きた植物と比べても遜色のない、いつまでも美しいお花、プリザーブドを体験して下さい。

講師 NFD(日本フラワーデザイナー協会)講師 鈴木 ゆかり

受講料 7,800円(6回)
(火)/隔週 19:00~20:30 定員/10名

★押し花絵

変色しない押し花技法で自然な色を残し自由な創作をしましょう。

講師 ふしぎ花倶楽部 紀の園押し花会会員 竹田 知佐子

受講料 7,800円(6回)
(木)/隔週 10:00~11:30
(木)/隔週 13:30~15:00 定員/各10名

パッチワーク

パッチワークは布を縫い合わせ、実用的なものから、装飾的なものまで幅広く作る手芸です。一緒に布遊びを楽しみませんか？

講師 日本手芸普及協会 パッチワーク講師 湯川 和子

受講料 7,800円(6回)
(火)/隔週 10:00~11:30 定員/15名

和紙の灯りづくり

自然のかずらや桐組みに利用し、色とりどりの和紙を張り合わせる、あたたか味たっぷりの「灯りづくり」です。一緒に作ってませんか？

講師 夢の「灯り」工房 店主 木村 弘忠

受講料 7,800円(6回)
(火)/隔週 13:30~15:00 定員/10名

ビーズジュエリー

初心者からインストラクター養成まで丁寧に指導します。

講師 日本余暇文化振興会 ビーズアートステップ認定講師 場谷 和香

受講料 7,800円(6回)
(水)/隔週 19:30~21:00 定員/15名

やさしい写真教室

カメラやレンズの基礎知識を学習します。構図やアングル、光の扱いなどによって写真が変わることを学ぶ中で、写真を撮ることの楽しさ、おもしろさを実感していただけます。

講師 田辺市展覧会委員、全日本写真連盟 和歌山県本部委員長 弓場 康廣

受講料 7,800円(6回)
(金)/隔週 19:30~21:00 定員/10名

写真教室

写真の深みを味わっていただき、構図等の基本を学習します。また、作品を講評し、鑑賞力を高めるための学習をしながらより完成度の高い写真にするためのアドバイスをします。

講師 田辺市展覧会委員、全日本写真連盟 和歌山県本部委員長 弓場 康廣

受講料 7,800円(6回)
(土)/隔週 10:00~11:30 定員/10名

基礎からのヴォイストレーニング

腹式呼吸で歌うことは、不安やイライラなどを緩和し、代謝アップにも効果があると言われています。一緒に健康な心身づくりをしましょう。

講師 声学家 クラシック音楽教室主宰 前田 佳世

受講料 7,800円(6回)
(火)/隔週 13:30~14:30 定員/15名

水墨画教室

水墨画は、描く人によって千差万別な表情をみせます。独特な水墨画の魅力に触れてみませんか？

講師 辻本 奨

受講料 7,800円(6回)
(水)/隔週 10:00~12:00 定員/10名

アロマセラピー香りの教室

ハーブや精油について学びながら、実習をとおして、アロマセラピーを身につけていきます。

講師 日本アロマ研究協会認定講師 田端 真須美

受講料 7,800円(6回)
(月)/隔週 10:00~11:30 定員/15名

癒しのアロマセラピー

折々のテーマで、アロマセラピー、ハーブ・アロマの精油の説明、実習を行います。いい香りに包まれて、楽しいひとときを過ごしてみませんか？

講師 山本女子大学セラピストスクールインストラクター 江端 好子

受講料 7,800円(6回)
(木)/隔週 19:00~20:30 定員/15名

アロマとクレイのディレイク教室

アロマセラピーとクレイセラピーを組み合わせ、暮らしに役立つディレイクをご提案いたします。

講師 以徳の心セラピー塾講師(アロマ)・山本女子大学セラピストスクールインストラクター 岩本 有加

受講料 4,000円(3回)
(月)/月1回 13:30~15:00 定員/各10名
(月)/月1回 19:00~20:30 定員/各10名

南京玉すだれ

楽しく笑顔満開！面白くて不思議な日本の伝統芸「南京玉すだれ」教室では、持ち方から始まって基本の技をレッスンします。

講師 南京玉すだれ協会 A級指導者 八房 都紀緒

受講料 6,000円(3回)
(水)/月1回 13:00~15:00 定員/15名

カルチャー講座は、別途材料費がかかる教室があります。詳しい内容はお問い合わせ下さい。