

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ところまで

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 三千代アロヒマカ  
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・アシタンガヨガ・  
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 週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一貫指導者(産後ヨガアソシエーション)一貫指導者

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 アロヒマカ  
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  
墨瀧会常任総務

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ください

### 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ください

### 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ください

### 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~(成人も可)

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