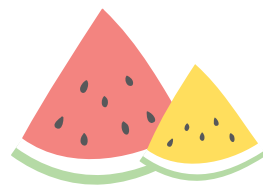




8月 市民講座のお知らせ



宇和島市生涯学習センター
パフィオうわじま
PAFIO UWAJIMA



スクラップブッキング

18日(月) 13:00~14:30

講師: しょう先生

600円

写真入りロゼットを作ろう

23日(土) 13:30~14:30

講師: YUKO先生

600円

ボトルアクアリウム

10日(日) 13:30~15:00

講師: 浅井能弘先生

1,500円

ボディシェイプピラティス

4日(月) 18:00~18:50

講師: 松浦波津子先生

1,000円

楽しく動いて健康づくり ダンスエクササイズ

12日・26日(火) 10:30~11:15

講師: 兵頭理絵先生

各 500円

「ママもHappy」ベビーマッサージ

13日(水) 10:30~12:00

講師: YURIKA先生

500円

ダンスフィットネス ZUMBA®45&ストレッチ

21日(木) 13:30~14:30

講師: MIZUE先生

1,000円

J-POPのサビを踊ろう

16日(土) 17:00~18:00

講師: はの先生

800円

想いを伝える筆ペン

6日・20日(水) 10:30~11:30

講師: 藤堂千佳子先生

各 700円 (ペン貸出し+100円)

レジンアクセサリ

9日(土) 10:30~11:30

講師: 宇都宮恵理先生

1個 500円

アレンジを楽しむ苔飾り

17日(日) 13:30~15:00

講師: Merryひろみ先生

1,000円

はじめてみよう アシュタンガヨガ

5日(火) 10:10~11:40

講師: 中村容子先生

1,700円

自力整体

19日(火) 13:30~14:30

講師: 山口郁代先生

1,000円

バランスボール(おやこクラス)

20日(水) 10:00~11:30

講師: 楠目亜衣先生

800円

心身軽やか ヨーガセラピー

28日(木) 10:00~11:15

講師: 亀田篤子先生

1,000円

能を楽しむ

13日・27日(水) 12:30~13:30

講師: 徳本泰子先生

各 800円

手形足形アート

23日(土) 10:00~11:30

講師: 木戸はるか先生

1,500円

各市民講座の申し込み用紙を
1Fの市民講座作品見本横に置いてあります。
ご自由にお持ちください。



筋膜リリース Yoga

5日・19日(火) 19:00~19:50

講師: とも先生

各 1,000円

LifeYoga&ピラティス

6日(水) 18:30~20:00

講師: KYOKO先生

1,000円

リフレッシュヨガ

27日(水) 10:30~11:30

講師: Yumi先生

1,000円

リラックス YOGA

8日(金) 18:30~19:30

講師: まりん先生

1,100円

全ての市民講座は事前にお申込みが必要です。
締切日が講座によって違いますので確認ください。

申込み・お問合せは
宇和島市生涯学習センター
(パフィオうわじま1階)



HP



公式SNS



TEL: 0895-49-5922 FAX: 0895-49-5999