

西神中央文化センター

西神中央駅徒歩1分 三井住友銀行上4階 お申込、お問合せは ☎ 078-991-5688

書道 滴仙会

美しい文字が書きたいと思うことは、誰もが願うことです。はじめてから美しい文字を書ける人はいません。上手になりたいと思う心が上達させるのです。毛筆、ペン字など何でもできます。



- 水 13:00~15:00 18:00~20:00 (月2回)
- 講師：伊藤一翔
日展会員
日本書芸院常務理事
読売書法会常任理事
兵庫県書作家協会理事長
滴仙会理事長

貞松・浜田バレエ学園

1955年創立の、日本でも数少ないプロフェッショナルバレエ団、貞松・浜田バレエ団、団員が指導します。優雅なクラシック音楽に合わせて正しい姿勢、豊かな表現力を身につけ、そして努力する大切さを一緒に学びましょう。

大人の方も大歓迎です。



- 水 15:30~18:45
- 土 14:40~17:45
- 土 13:40~14:40 (大人のバレエ)
- 講師：貞松・浜田バレエ団 川崎麻衣

社交ダンス ソシアルダンス壇 DAN

少し運動したい方からしっかり上達したい方まで。始めての方も気楽にお越し下さい。*個人レッスンあり

- 木 14:15~15:30 中上級
- 金 14:00~14:55 入門
14:40~15:40 初級
- 土 18:30~19:45 中上級
- 講師：高本美果



合気道 大東流琢磨会

自分の身を守る事は大切だと思っているあなた。合気道をしてみませんか。非力でも武道に無縁でも大丈夫。楽しく合気道をしましょう。

- 金 19:40~21:25 小学生~一般
- 講師：吉田浩子 吉田英洋



書道 神戸笹波会

- ・美しい心は手書き文字から!!
- ・書く楽しさを通して素晴らしい日本語を学びましょう!!
- ・実用書道、ペン字も指導しております。



- 木 16:00~20:00 幼児~一般
- 木 14:00~15:30 大人の書道
- 講師：越智美陽 神戸笹波会常任総務

楊名時 健康太極拳

太極拳と気功で健康な体と心を保ちましょう。他の人と比べ御自身の体調に合わせて無理なく学べます。性別年齢不問。初心者大歓迎!

- 火 12:50~13:50
- 講師：西脇三紀子 日本健康太極拳協会師範



空手道

空手は心と身体を鍛える武道です。一歩、一歩、帯の色を変えて行くのも楽しいものです。気の弱い子達、初心者の方も武道を楽しく学んでみませんか。

- 水 19:00~20:20 幼児~一般
- 金 18:20~19:35 幼児~一般
- 講師：藤田正晴 増野耕三
公益社団法人日本空手協会公認 A級指導員



大人から楽しむバレエ

がんばり屋さんのオトナ女子のためのがんばりすぎないバレエレッスンです。身体が硬い、運動が苦手、そこからの「はじめての一步」にバレエをどうぞ!

- 木 11:25~12:55
- 講師：田中由美 ぶろむな一代表



こども・ビギナーズ女性 将棋教室

膨大な選択肢の中から最善を選ぶことによって思考力、集中力を鍛え、難局を打開する力を養います。一般初心者も大歓迎。

- 第1,3金 13:45~15:45 ビギナーズ女性
- 第1,3土 10:00~12:00 こども
- 講師：陶山亮



将棋ブームです!

中国語

語学の勉強は、その国の人とたくさん話すのが一番の勉強法。中国人講師と楽しく勉強しましょう。会話や文法はもちろんのこと中国の文化や習慣も学べますよ。中国語検定 HSK にも対応しています。*個人レッスンもあります

- 木 10:30~11:30 ■ 新クラス 火 19:00~20:00
- 講師：倪嵩 (笹尾女依) 北方联合大学卒



ヨガ美療体操

誰でも無理なくできる健康体操です。座って、または寝て行う体操が多く、膝痛、腰痛対策、自立神経を整え生活習慣病などの予防にもなります。

- 火 14:00~15:15
- 水 10:00~11:15 ■ 水 11:20~12:35
- 講師：ヘルシークワハラ専任講師



新講座体験レッスン

新講座体験料 ¥1,000+税 要予約

*講座によっては教材費が必要です

ご予約は ☎ 078-991-5688 まで

*既存の講座の体験レッスンは1レッスン料金で可

合気道 合気道神戸せいぶ館

戦わずして相手を制するのが合気道です。年齢、性別を問わずどなたでも稽古次第で上達します。

体験日：9月15日(土) 9:00~10:00 *体験料¥1000+税

クラシックバレエ アミティエ・バレエスタジオ

基本の立ち方、腕の使い方を大切に。美しい姿勢や豊かな表現力を身に付けていきましょう。

体験日：9月10日(月) 16:30~17:30 *体験料¥1000+税

フロアバレエ

柔軟性を高め、インナーマッスルと体幹を鍛えるので、ダイエット、バレエをされている方にも効果的。年齢、経験を問わずどなたにもお勧めいたします。

体験日：9月10日(月) 15:30~16:30 *体験料¥1000+税

魔法の筆文字

くせ字が魅力に変わる!自分らしい思いを伝える筆文字に大変身するコツをお教えます。

体験日：9月19日(水) 10:30~12:00 18:00~19:30
*体験料¥1000+税、教材費¥500+税

ノートパソコン

ここが知りたい!に答える楽しいパソコン教室です。

体験日：9月20日(木) 18:30~20:00 名刺作成

9月21日(金) 10:30~12:00 名刺作成

*体験料¥1000+税、教材費¥100

*ノートパソコンを持参下さい。お持ちでない場合は申込時にお申し出下さい。