

2019年1月 多目的室カレンダー

1 (火)			
2 (水)			
3 (木)			
4 (金)			
5 (土)			
6 (日)			
7 (月)			
8 (火)			
9 (水)			
10 (木)	10:00~11:30/多目的室① ベビーヨガ&ママヨガ	受講料：初回体験¥500 ※要予約(定員に空きがあれば当日参加OK)	講師：千葉 麻梨子 ご予約・お問合せ：090-6828-9980
11 (金)			
12 (土)	10:00~15:00/多目的室① カイロプラクティック	施術料：骨盤調整・小顔調整/各¥1,000 美姿勢コース/¥5,000 骨盤調整+小顔調整/¥1,500 ※ご予約優先、当日参加OK	主催：あなたのまちの施術院 天理院 ご予約・お問合せ：0743-63-1022
13 (日)	12:00~14:45/多目的室① 笑いヨガ&ヨーガセラピー	受講料：各¥500 (笑いヨガ健康法)12:00~13:15 (ヨーガ呼吸法セラピー)13:30~14:45 ※ご予約優先、当日参加OK(定員15名)	講師：いしい ちえこ ご予約・お問合せ：090-8527-3387 E-mail：chikorin3jp@yahoo.co.jp (E-mailでもご予約承ります)
14 (月)			
15 (火)	10:00~11:30/多目的室① 健康セミナー ラフターヨガ	受講料：¥500 ※ご予約不要	講師：太田 智子 お問合せ：090-8885-4839
16 (水)	13:10~14:40/多目的室① ヨガフラダンス教室	受講料：各¥500 (ゆがみ矯正ヨガ)13:10~13:50 (はじめてのフラダンス)14:00~14:40 ※ご予約優先、当日参加OK	講師：岸野 尚子 ご予約・お問合せ：050-5329-720
17 (木)	9:00~16:00/多目的室① 県民共済相談会 &健康度チェック	県民共済のご相談：無料 健康度チェック：無料 (血圧・身長・体組成・骨密度・血管年齢の各測定) ※ご予約不要 ※健康度チェックのみOK	主催：奈良県民共済生活協同組合 担当：神原 お問合せ：0742-30-0012
17 (木)	13:15~14:45/多目的室② 奈良県産のお花を使った 季節のアレンジメント教室	受講料：¥2,000(花材等込) ※要予約	主催：Fleur de nacchi -フルールドナッチ- 講師：出口 ひろみ ご予約・お問合せ：090-2434-9212 FAX：0745-43-2121 E-mail：hiyo8081@yahoo.co.jp (FAX、E-mailでもご予約承ります)
18 (金)	10:30~14:30/多目的室② フラワーアレンジメント &ブリザードフラワー教室	受講料：無料(花材等のみ実費) (第1部)10:30~12:00 (第2部)13:00~14:30 ※要予約	講師：玉井 美奈子(ベル・フルール) ご予約・お問合せ：090-2179-0087
19 (土)	12:10~14:50/多目的室① 3B体操	受講料：初回体験及び二回目は無料 (親子の部)12:10~12:50 (成人・シニアの部①)13:00~13:50 (成人・シニアの部②)14:00~14:50 ※ご予約優先、当日参加OK	講師：川口 晴美 お問合せ：090-7344-3014
20 (日)	9:00~16:30/多目的室①② クリエイターズワークショップ	体験料：各ワークショップにより異なります。詳細をご希望の方はお問合せ下さい。 ※当日受付順(ご予約不要) ↓↓↓メニュー/講師↓↓↓ ●骨盤調整・小顔調整/カイロプラクター菅原 ○似顔絵/中野 ●消しゴムはんこ彫り体験/あんみつはんこ ○色みくじ/きやらびーゆあ ●キャンディバッグキーホルダー作り/nanatsu rose ○ハーバリウム作り/Cecile ●びわの葉温熱療法ヒーリング/びわone ○サンドアート&ジェルキャンドル作り/めぐ ●ブレイン体操/二宮 ○ハンド&ヘッドマッサージ/エステルーム路	事前問合せ先 090-3826-1709(受付 田中)
21 (月)			
22 (火)	10:00~11:30/多目的室① 呼吸バランス操体	体験料：初回¥1,000 2回目以降¥1,500 ※ご予約優先、当日参加OK	講師：岡本 かよ ご予約：kayoku9539@gmail.com
23 (水)	10:00~11:30/多目的室① 笑い文字「ありがとう」講座	受講料：¥3,240(教材費込) ※要予約(定員10名になり次第締切)	講師：太田 智子 ご予約・お問合せ：090-8885-4839
24 (木)	10:00~11:30/多目的室① ベビーヨガ&ママヨガ	受講料：初回体験¥500 ※要予約(定員に空きがあれば当日参加OK)	講師：千葉 麻梨子 ご予約・お問合せ：090-6828-9980
25 (金)	10:30~14:30/多目的室② フラワーアレンジメント &ブリザードフラワー教室	受講料：無料(花材等のみ実費) (第1部)10:30~12:00 (第2部)13:00~14:30 ※要予約	講師：玉井 美奈子(ベル・フルール) ご予約・お問合せ：090-2179-0087
26 (土)	12:10~14:50/多目的室① 3B体操	受講料：初回体験及び二回目は無料 (親子の部)12:10~12:50 (成人・シニアの部①)13:00~13:50 (成人・シニアの部②)14:00~14:50 ※ご予約優先、当日参加OK	講師：川口 晴美 お問合せ：090-7344-3014
27 (日)	13:10~14:40/多目的室① ヨガフラダンス教室	受講料：各¥500 (ゆがみ矯正ヨガ)13:10~13:50 (はじめてのフラダンス)14:00~14:40 ※ご予約優先、当日参加OK	講師：岸野 尚子 ご予約・お問合せ：050-5329-720
27 (日)	9:00~18:00/多目的室② ドリームマーケット	※定期開催予定のフリーマーケット ※入場無料、お気軽にお越しください	主催：夢や お問合せ：080-5305-3033
28 (月)			
29 (火)			
30 (水)	10:00~17:00/多目的室① 笑い文字ベーシック講座	※笑い文字「ありがとう」講座を受講された方 対象	講師：太田 智子 ご予約・お問合せ：090-8885-4839
31 (木)			