

アルプラザ堅田センター

2026年 1月 レッスンスケジュール

【カルチャー】

月						火					水					木					金					土					日																																		
	5	12	19	26			6	13	20	27			7	14	21	28			1	8	15	22	29			2	9	16	23	30			3	10	17	24	31			4	11	18	25																						
10:45 ～ 12:00	美と健康のヨーガ 櫻井 佳名子					10:30～ 12:00	自力整体 目片 健二					10:30～ 11:30	シニアストリートダンス Ji-no & Ba-no					10:30～ 12:00	バランスボール 中川 恭子					10:30～ 20:00	美文字 ペン習字 赤井 紅楓					10:10～ 20:10 ②11:30～	テコンドー 内田 義晃					10:30～ 20:10 ②11:40～	キッズダンス KAREN																												
	○	×	○	○			×	○	×	○			○	○	×	×			×	○	×	○	×			×	○	○	○		○		×	○	○		○	○		×	×	○	○																						
17:30～ 18:20	月曜こども空手 長谷 和徳					18:15～	ケイキフラ 梶 幸子					10:30～ 11:30	ハワイアンフラ 澤 智子					10:30～ 20:15 ③14:15～	らくらくピアノ 上田 恵					10:30 ～ 11:45	尺八 藤本 晴以山					17:30～ 19:00	空手 誠流塾 山田 亮					初級 10:00 中上級 11:30	スマイル☆チアダンス MAKI																												
	○	×	○	○			×	○	○	○			○	○	×	○			×	×	○	×	○			×	○	○	○		○		×	○	○		○	○		×	×	○	×																						
14:30～ 16:00	お抹茶と季節を楽しむ 山中 宗真					10:16:30～ 20:17:30～	教育版マインクラフ講座 大人パソコン 東沢 貴光					12:30～ 12:45	心も体もスッキリヨガ 田中 幸					13:30～ 14:30	ピラティス ちあこ					11:40～ 12:40	オーダーメイドレッスン ボイストレーニング 宝田 美子					講談社(英語)																																			
	×	×	○	○			○	×	○	×			×	○	×	○			×	○	○	○	×			×	×	○	×	○		×	○	○						○	×																								
	箏・地唄三味線 橋高 幸					10:17:00 20:18:00 20:19:00	子どもプログラミング 東沢 貴光					17:00～ 18:00	春日バレエ 井入 早苗					10:16:15～ 20:17:30～ 20:19:15～	テコンドー 内田 義晃					10:14:00～ 20:16:00～	楊名時健康太極拳 松村 正子																																								
	×	×	○	○			×	○	×	○			○	○	×	○			×	○	○	○	○			×	○	×	○	×																																			
18:45～ 20:15	楊名時健康太極拳 松村 正子					10:30～ 11:15	心も体もスッキリヨガ 田中 幸					16:45～ 18:15	サムライ剣舞 鉤 隆之介						占いを学ぼう 南谷 真理子						占いを学ぼう 南谷 真理子																																								
	×	×	○	○			○	×	○	×			○	×	×	○			×	○	×	○	×			×	○	×	○	×																																			
						10:30～ 12:00	心にとどく朗読 伊東 幸江						ギター・ウクレレ教室 西田 昌弘										19:30	月に1回のベリーダンス mikko					講談社(英語)																																				
							○	×	○	×			×	○	×	○								×																																									
												バイオリン 宮田 晴奈												講談社(英語)																																									
												○	×	×	○																																																		

未開講座:体験ご希望の方は直接センターにお問合せください。

1回完結型レッスン

【注意事項】

- ①レッスン一定は変更される場合もございますので、こまめにご確認下さい。
- ②振替レッスンは基本実施しておりません。
- ③各種締め切り(休会・退会)は前月の10日までとなっております。  
10日を過ぎてからのお申し出は次月レッスン参加・不参加に関わらず頂戴いたします。 予めご了承ください。