

アルプラザ堅田センター

2025年 10月 レッスンスケジュール

【カルチャー】

月						火						水						木						金						土						日								
	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			5	12	19	26				
10:45 ～ 12:00	美と健康のヨガ 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					①10:10～ ②11:30～	テコンドー 内田 義晃					①10:30～ ②11:40～	キッズダンス 心々							
	○	／	○	○			×	○	×	○			○	×	○	×	×		×	○	×	○	×		×	○	×	○	○		×	×	○	○	○		○		○	×	○	／		
17:30～ 18:20	月曜空手 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					①10:30～ ②12:30～ 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 親子12:30	チアダンス MAKI							
	○	／	○	○			○	○	○	×			×	○	○	○	×		×	○	×	○	×		×	×	○	○	○		○	○	○	×	○		○	○		○	×	○	／	
14:30～ 16:00	お抹茶と季節を楽しむ 山中 宗真					①16:30～ ②17:30～	教育版マイクラ講座 大人パソコン 東沢 貴光					12:30～ 12:45	心も体もスツキリヨガ 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					①17:00 ②18:00 ③19:00	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					①16:15～ ②17:30～ ③19:15～	テコンドー 内田 義晃					①14:00～ ②16:00～	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	心も体もスツキリヨガ 田中 幸					16:45～ 18:15	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						クラシックギター 加藤 奏						ドラマで習う韓国語 韓国語個人レッスン 金 熹秀					19:30	月に1回のベリーダンス mikko																			
							○	×	○	×			×	○	×	○	×		×	×	○	×	○		×	×	×	×	×											×	×	×	×	×
																		バイオリン 宮田 晴奈					12月分							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。