

2025年度 前期 YuYuカレッジ受講日程一覧表

<p>特別講座 ミュージカルスクール 学び舎 えひめ</p> <p>日時 日曜日(不定期)18:00~20:00 初回 8月17日 受講料 11,000円(全11回) 小4から高校生は無料 ※対象:小学4年生から大人 定員:20名 講師 「新 鶴姫伝説 ~鐘に白い花を~」出演役者</p>	<p>日程</p> <p>① 8月17日 ⑥ 10月 5日 ② 8月31日 ⑦ 10月12日 ③ 9月 7日 ⑧ 11月 2日 ④ 9月21日 ⑨ 11月 9日 ⑤ 9月28日 ⑩ 11月16日 ⑪ 11月23日</p>	<p>B-7 三味線 初心者講座</p> <p>日時 火曜日(基本 第2・4) 13:00~14:30 初回 5月13日 受講料 8,000円(全10回) ※別途教材費(全10回500円)は先生に直接お支払いください 楽器必要 詳細はご相談ください(レンタル可1回300円) 講師 藤本 秀華容</p>	<p>日程</p> <p>① 5月13日 ⑥ 7月22日 ② 5月27日 ⑦ 8月12日 ③ 6月10日 ⑧ 8月26日 ④ 6月24日 ⑨ 9月 9日 ⑤ 7月 8日 ⑩ 9月30日</p>
<p>A-1 みんなでたのしく!手話入門 学び舎 えひめ</p> <p>日時 火曜日(月2回) 13:00~14:30 初回 5月13日 受講料 10,000円(全10回) ※別途教材費(990円) 書籍の購入は任意です。 講師 渡邊 賀代子 ※3/25(火)13:00~14:30 無料体験</p>	<p>日程</p> <p>① 5月13日 ⑥ 7月22日 ② 5月27日 ⑦ 8月12日 ③ 6月10日 ⑧ 8月19日 ④ 6月24日 ⑨ 9月 9日 ⑤ 7月 8日 ⑩ 9月30日</p>	<p>B-8 三味線 経験者講座</p> <p>日時 火曜日(基本 第2・4) 14:45~16:15 初回 5月13日 受講料 8,000円(全10回) ※別途教材費(全10回 500円)は先生に直接お支払いください 楽器必要 詳細はご相談ください(レンタル可 1回300円) 講師 藤本 秀華容</p>	<p>日程</p> <p>① 5月13日 ⑥ 7月22日 ② 5月27日 ⑦ 8月12日 ③ 6月10日 ⑧ 8月26日 ④ 6月24日 ⑨ 9月 9日 ⑤ 7月 8日 ⑩ 9月30日</p>
<p>A-2 初心者向け たのしい英会話 学び舎 えひめ</p> <p>日時 火曜日(不定期) 10:30~12:00 初回 5月20日 受講料 7,000円(全10回) ※別途テキスト(コピー代)はセンターにお支払いください 講師 ジェーン・プロイ ※4/15(火)10:30~12:00 無料体験</p>	<p>日程</p> <p>① 5月20日 ⑥ 7月15日 ② 5月27日 ⑦ 7月29日 ③ 6月 3日 ⑧ 8月 5日 ④ 6月17日 ⑨ 8月19日 ⑤ 7月 1日 ⑩ 9月30日</p> <p>☆8月19日、9月30日は中級のルドルフ先生が担当します</p>	<p>B-9 ウクレレ初級者講座</p> <p>日時 金曜日(第2・第4) 13:30~15:00 初回 5月 9日 受講料 7,000円(全10回) ※別途教材費(CD:500円)は先生に直接お支払いください 講師 高橋 孝雄</p>	<p>日程</p> <p>① 5月 9日 ⑥ 7月25日 ② 5月23日 ⑦ 8月 8日 ③ 6月13日 ⑧ 8月22日 ④ 6月27日 ⑨ 9月12日 ⑤ 7月11日 ⑩ 9月26日</p>
<p>A-3 今日から使える英会話(中級) 学び舎 えひめ</p> <p>日時 土曜日(基本 第2・4) 10:30~12:00 初回 5月10日 受講料 7,000円(全10回) ※別途テキスト(コピー代)はセンターにお支払いください 講師 ルドルフ・ライネルト ※4/12(土)10:30~12:00 無料体験</p>	<p>日程</p> <p>① 5月10日 ⑥ 7月26日 ② 5月24日 ⑦ 8月 9日 ③ 6月14日 ⑧ 8月23日 ④ 6月28日 ⑨ 9月 6日 ⑤ 7月12日 ⑩ 9月27日</p>	<p>B-10 フォークギター経験者講座</p> <p>日時 水曜日(第2・第4) 13:30~15:00 初回 5月14日 受講料 7,000円(全10回) ※別途教材費(CD:500円)は先生に直接お支払いください 講師 高橋 孝雄</p>	<p>日程</p> <p>① 5月14日 ⑥ 7月23日 ② 5月28日 ⑦ 8月13日 ③ 6月11日 ⑧ 8月27日 ④ 6月25日 ⑨ 9月10日 ⑤ 7月 9日 ⑩ 9月24日</p>
<p>A-4 写経入門と実用書道</p> <p>日時 土曜日(月1回) 13:30~15:00 初回 5月10日 受講料 3,500円(全5回) ※別途材料費(全5回で1,000円程度)は先生に直接お支払いください 講師 宮谷 松琴</p>	<p>日程</p> <p>① 5月10日 ② 6月14日 ③ 7月12日 ④ 8月 2日 ⑤ 9月 6日</p>	<p>C-1 お香を作ろう ~匂い袋と練香~</p> <p>日時 日曜日(月1回) 10:30~12:00 初回 5月11日 受講料 5,000円(全5回) ※別途材料費(1回600円~1,500円程度)は先生に直接お支払いください。エプロンとタオルをご用意ください 講師 片山 阿季子</p>	<p>日程</p> <p>① 5月11日 ② 6月 8日 ③ 7月13日 ④ 8月17日 ⑤ 9月21日</p>
<p>A-5 美文字に親しむ~ボールペン・万年筆・筆ペン~</p> <p>日時 土曜日(第3) 13:30~15:00 初回 5月17日 受講料 3,500円(全5回) ※別途材料費(全5回で300円程度)は先生に直接お支払いください 講師 宮谷 松琴</p>	<p>日程</p> <p>① 5月17日 ② 6月21日 ③ 7月19日 ④ 8月30日 ⑤ 9月20日</p>	<p>C-2 フラワーデザイン</p> <p>日時 水曜日(第4) 14:00~15:30 初回 5月28日 受講料 5,000円(全5回) ※別途お花代(1回1,800円)は先生に直接お支払いください 講師 河野 恵里</p>	<p>日程</p> <p>① 5月28日 ② 6月25日 ③ 7月23日 ④ 8月27日 ⑤ 9月24日</p>
<p>B-1 合唱 ~ハーモニーを楽しみましょう~ 学び舎 えひめ</p> <p>日時 土曜日(基本 第2・4) 10:00~11:30 初回 5月10日 受講料 7,000円(全10回) ※別途教材費(全10回 500円) 講師 根占 貴世</p>	<p>日程</p> <p>① 5月10日 ⑥ 7月26日 ② 5月24日 ⑦ 8月 9日 ③ 6月14日 ⑧ 8月23日 ④ 6月28日 ⑨ 9月13日 ⑤ 7月12日 ⑩ 9月27日</p>	<p>C-3 ハーバリウム</p> <p>日時 土曜日(月1回) 10:30~12:00 初回 5月10日 受講料 5,000円(全5回) ※別途材料費(瓶・花材・オイル代で1作品1,200円~)は先生に直接お支払いください ※ピンセット代必要 講師 高橋 姿子</p>	<p>日程</p> <p>① 5月10日 ② 6月14日 ③ 7月12日 ④ 8月 9日 ⑤ 9月20日</p>
<p>B-2 童謡唱歌を歌おう 学び舎 えひめ</p> <p>日時 土曜日(基本 第1・3) 10:00~11:30 初回 5月17日 受講料 7,000円(全10回) ※別途教材費(全10回 500円) 講師 根占 貴世</p>	<p>日程</p> <p>① 5月17日 ⑥ 7月19日 ② 5月31日 ⑦ 8月 2日 ③ 6月 7日 ⑧ 8月16日 ④ 6月21日 ⑨ 9月 6日 ⑤ 7月 5日 ⑩ 9月20日</p>	<p>C-4 ほんわかパステルアートルーム</p> <p>日時 金曜日(不定期) 10:00~12:00 初回 5月 9日 受講料 8,000円(全8回) ※別途教材費(1回550円)は先生に直接お支払いください 汚れてもよい服装(エプロン持参可) 講師 二宮 和</p>	<p>日程</p> <p>① 5月 9日 ⑥ 8月 8日 ② 5月23日 ⑦ 9月12日 ③ 6月13日 ⑧ 9月26日 ④ 6月27日 ⑤ 7月11日</p>
<p>B-3 楽しもう!大人の複音ハーモニカ</p> <p>日時 水曜日(基本 第1・3) 13:30~15:00 初回 5月21日 受講料 8,000円(全10回) ※別途資料代(初回のみ300円)は先生に直接お支払いください 講師 高岡 京子</p>	<p>日程</p> <p>① 5月21日 ⑥ 7月30日 ② 6月 4日 ⑦ 8月 6日 ③ 6月18日 ⑧ 8月20日 ④ 7月 2日 ⑨ 9月 3日 ⑤ 7月16日 ⑩ 9月17日</p>	<p>C-5 おしゃれな寄せ植え I</p> <p>日時 土曜日(月1回) 13:00~14:30 初回 5月17日 受講料 5,000円(全5回) ※別途材料費(1回1,700円程度)は先生に直接お支払いください 新聞紙、手袋、レジ袋等2枚、割り箸1本をご用意ください 講師 村上 美重</p>	<p>日程</p> <p>① 5月17日 ② 6月21日 ③ 7月19日 ④ 8月23日 ⑤ 9月27日</p>
<p>B-4 たのしいリコーダーアンサンブル</p> <p>日時 木曜日(第2・第4) 13:30~15:00 初回 5月 8日 受講料 8,000円(全10回) ※別途楽譜代(500円位)は先生に直接お支払いください 講師 佐伯 紀枝</p>	<p>日程</p> <p>① 5月 8日 ⑥ 7月24日 ② 5月22日 ⑦ 8月14日 ③ 6月12日 ⑧ 8月28日 ④ 6月26日 ⑨ 9月11日 ⑤ 7月10日 ⑩ 9月25日</p>	<p>C-6 おしゃれな寄せ植え II (ビギナー)</p> <p>日時 土曜日(月1回) 15:00~16:30 初回 5月17日 受講料 5,000円(全5回) ※初回スターセット(プランター5個・花ばさみ・スコップ・バケツ)を購入6,000円 ※別途材料費(1回1,700円程度)は先生に直接お支払いください 新聞紙、手袋、レジ袋等2枚、割り箸1本をご用意ください 講師 村上 美重</p>	<p>日程</p> <p>① 5月17日 ② 6月21日 ③ 7月19日 ④ 8月23日 ⑤ 9月27日</p>
<p>B-5 中高年から始める「らくらくピアノ®」午前の部</p> <p>日時 水曜日(基本 第2・4) 10:00~11:30 初回 5月14日 受講料 9,600円(全8回) ※対象年齢(30代~80代)、別途テキスト代(初回のみ1冊)は先生に直接お支払いください 筆記用具、キーボード持参(ない方は要相談) 講師 松廣 ゆかり</p>	<p>日程</p> <p>① 5月14日 ⑥ 7月23日 ② 5月28日 ⑦ 8月27日 ③ 6月11日 ⑧ 9月24日 ④ 6月25日 ⑤ 7月 9日</p>	<p>C-7 自分をもてなす、暮らしの竹細工</p> <p>日時 木曜日(月2回) 10:00~12:00 初回 5月 1日 受講料 10,000円(全10回) ※竹ひごのくずが付くのでエプロン等をお持ちください ※別途材料費(1作品3,000円程度)は先生に直接お支払いください 講師 アトリエ 竹日和 西原 明子</p>	<p>日程</p> <p>① 5月 1日 ⑥ 7月 3日 ② 5月15日 ⑦ 7月17日 ③ 5月29日 ⑧ 8月21日 ④ 6月 5日 ⑨ 9月 4日 ⑤ 6月19日 ⑩ 9月18日</p>
<p>B-6 中高年から始める「らくらくピアノ®」午後の部</p> <p>日時 水曜日(基本 第2・4) 13:00~14:30 初回 5月14日 受講料 9,600円(全8回) ※対象年齢(30代~80代)、別途テキスト代(初回のみ1冊)は先生に直接お支払いください 筆記用具、キーボード持参(ない方は要相談) 講師 松廣 ゆかり</p>	<p>日程</p> <p>① 5月14日 ⑥ 7月23日 ② 5月28日 ⑦ 8月27日 ③ 6月11日 ⑧ 9月24日 ④ 6月25日 ⑤ 7月 9日</p>	<p>C-8 マジック教室</p> <p>日時 土曜日(月1回) 13:30~15:00 初回 5月10日 受講料 5,000円(全5回) ※別途トランプ代(初回のみ500円)は先生に直接お支払いください 講師 三瀬 賢太</p>	<p>日程</p> <p>① 5月10日 ② 6月14日 ③ 7月12日 ④ 8月 9日 ⑤ 9月20日</p>

2025年度 前期 YuYuカレッジ受講日程一覧表

C-9 つまみ細工 日時 水曜日(基本第2・4) 10:30~12:00 初回 5月14日 受講料 8,000円(全10回) ※別途材料費(1作品1,000円~1,500円)は先生に直接お支払いください 初回:はさみ、ピンセット、ボンド支給(300円程度) 講師 西下 光子	日程 ① 5月14日 ⑥ 7月23日 ② 5月28日 ⑦ 8月20日 ③ 6月11日 ⑧ 8月27日 ④ 6月25日 ⑨ 9月10日 ⑤ 7月9日 ⑩ 9月24日	D-11 Let's Pilates II 日時 水曜日(月2回) 10:45~11:45 初回 5月13日 受講料 7,000円(全10回) ※動きやすい服装、飲み物、タオル、ピラティスマット(ヨガマットでも可) 講師 森山 潤子	日程 ① 5月13日 ⑥ 7月15日 ② 5月20日 ⑦ 8月5日 ③ 6月3日 ⑧ 8月19日 ④ 6月17日 ⑨ 9月2日 ⑤ 7月1日 ⑩ 9月9日
D-1 はじめよう!太極拳 日時 金曜日(基本第1・3) 13:00~14:00 初回 5月2日 受講料 7,000円(全10回) ※動きやすい服装、室内シューズ(底が平らなもの)、飲み物、タオルをご用意ください。 講師 加納 賢	日程 ① 5月2日 ⑥ 7月18日 ② 5月16日 ⑦ 8月1日 ③ 6月6日 ⑧ 8月22日 ④ 6月20日 ⑨ 9月5日 ⑤ 7月4日 ⑩ 9月19日	D-12 大人のバレエ 日時 金曜日(不定期) 13:30~15:00 初回 5月9日 受講料 7,500円(全10回) ※動きやすい服装(ジャージ可)、飲み物、タオル(スポーツタオル、バスタオル)、バレエシューズをご用意ください 講師 浅井 ひとみ	日程 ① 5月9日 ⑥ 7月25日 ② 5月23日 ⑦ 8月8日 ③ 6月13日 ⑧ 8月29日 ④ 6月27日 ⑨ 9月12日 ⑤ 7月11日 ⑩ 9月26日
D-2 自力整体講座 I 日時 木曜日(月3回) 9:30~10:45 初回 5月8日 受講料 10,500円(全15回) ※ヨガマット(バスタオルで代用可)、飲み物、タオルをご用意ください 講師 丸山 弘美	日程 ① 5月8日 ⑥ 6月19日 ⑪ 8月21日 ② 5月15日 ⑦ 7月3日 ⑫ 8月28日 ③ 5月22日 ⑧ 7月10日 ⑬ 9月4日 ④ 6月5日 ⑨ 7月17日 ⑭ 9月11日 ⑤ 6月12日 ⑩ 8月7日 ⑮ 9月18日	D-13 バレエストレッチ 日時 水曜日(基本第2・4) 10:30~12:00 初回 5月14日 受講料 7,500円(全10回) ※動きやすい服装(ジャージ可)、飲み物、タオル(スポーツタオル、バスタオル)、室内シューズをご用意ください 講師 浅井 ひとみ	日程 ① 5月14日 ⑥ 7月23日 ② 5月28日 ⑦ 8月6日 ③ 6月11日 ⑧ 8月27日 ④ 6月25日 ⑨ 9月10日 ⑤ 7月9日 ⑩ 9月24日
D-3 自力整体講座 II 日時 木曜日(月3回) 11:00~12:15 初回 5月8日 受講料 10,500円(全15回) ※ヨガマット(バスタオルで代用可)、飲み物、タオルをご用意ください 講師 丸山 弘美	日程 ① 5月8日 ⑥ 6月19日 ⑪ 8月21日 ② 5月15日 ⑦ 7月3日 ⑫ 8月28日 ③ 5月22日 ⑧ 7月10日 ⑬ 9月4日 ④ 6月5日 ⑨ 7月17日 ⑭ 9月11日 ⑤ 6月12日 ⑩ 8月7日 ⑮ 9月18日	D-14 日本舞踊教室 日時 金曜日(基本第1・3) 10:30~12:00 初回 5月2日 受講料 7,500円(全10回) ※浴衣・帯・足袋(靴下でも可)・肌着・扇をご用意ください (浴衣・帯・扇は無料レンタル可。) 講師 藤間 藤真保	日程 ① 5月2日 ⑥ 7月18日 ② 5月16日 ⑦ 8月1日 ③ 6月6日 ⑧ 8月22日 ④ 6月20日 ⑨ 9月5日 ⑤ 7月4日 ⑩ 9月19日
D-4 はじめよう!ZUMBA GOLD 日時 火曜日(不定期) 13:00~14:00 初回 5月20日 受講料 9,800円(全14回) ※動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物をご用意ください 講師 野村 梢	日程 ① 5月20日 ⑥ 7月1日 ⑪ 8月19日 ② 5月27日 ⑦ 7月15日 ⑫ 8月26日 ③ 6月3日 ⑧ 7月22日 ⑬ 9月2日 ④ 6月17日 ⑨ 7月29日 ⑭ 9月30日 ⑤ 6月24日 ⑩ 8月5日	歌ってイキイキ動いてハツラツ D-15 健康表現体操 日時 木曜日(基本第2・4) 10:30~12:00 初回 5月8日 受講料 7,500円(全10回) ※動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物をご用意ください 講師 丸山 理恵	日程 ① 5月8日 ⑥ 7月24日 ② 5月22日 ⑦ 8月7日 ③ 6月12日 ⑧ 8月28日 ④ 6月26日 ⑨ 9月11日 ⑤ 7月10日 ⑩ 9月25日
D-5 たのしく!ZUMBA 日時 火曜日(不定期) 14:15~15:15 初回 5月20日 受講料 9,800円(全14回) ※動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物をご用意ください 講師 野村 梢	日程 ① 5月20日 ⑥ 7月1日 ⑪ 8月19日 ② 5月27日 ⑦ 7月15日 ⑫ 8月26日 ③ 6月3日 ⑧ 7月22日 ⑬ 9月2日 ④ 6月17日 ⑨ 7月29日 ⑭ 9月30日 ⑤ 6月24日 ⑩ 8月5日	D-16 ゆったりヨガ 昼の部 I 日時 水曜日(基本第1・3) 13:15~14:30 初回 5月21日 受講料 7,000円(全10回) ※ヨガマット(バスタオルで代用可)、飲み物、タオルをご用意ください 講師 和田 明子	日程 ① 5月21日 ⑥ 7月16日 ② 5月28日 ⑦ 8月6日 ③ 6月4日 ⑧ 8月20日 ④ 6月18日 ⑨ 9月3日 ⑤ 7月2日 ⑩ 9月17日
D-6 ホームヨーガ 水曜日 日時 水曜日(月3回) 10:00~11:15 初回 5月14日 受講料 10,500円(全15回) ※ヨガマット(バスタオルで代用可)、飲み物、タオルをご用意ください 講師 土居 未代子	日程 ① 5月14日 ⑥ 6月25日 ⑪ 8月20日 ② 5月21日 ⑦ 7月9日 ⑫ 8月27日 ③ 5月28日 ⑧ 7月16日 ⑬ 9月3日 ④ 6月11日 ⑨ 7月23日 ⑭ 9月10日 ⑤ 6月18日 ⑩ 8月6日 ⑮ 9月17日	D-17 ゆったりヨガ 昼の部 II 日時 水曜日(基本第1・3) 14:45~16:00 初回 5月21日 受講料 7,000円(全10回) ※ヨガマット(バスタオルで代用可)、飲み物、タオルをご用意ください 講師 和田 明子	日程 ① 5月21日 ⑥ 7月16日 ② 5月28日 ⑦ 8月6日 ③ 6月4日 ⑧ 8月20日 ④ 6月18日 ⑨ 9月3日 ⑤ 7月2日 ⑩ 9月17日
D-7 ホームヨーガ 日曜日 日時 日曜日(月2回) 10:30~11:45 初回 5月11日 受講料 7,000円(全10回) ※ヨガマット(バスタオルで代用可)、飲み物、タオルをご用意ください 講師 土居 未代子	日程 ① 5月11日 ⑥ 7月27日 ② 5月25日 ⑦ 8月3日 ③ 6月8日 ⑧ 8月24日 ④ 6月22日 ⑨ 9月7日 ⑤ 7月13日 ⑩ 9月28日	F-1 ゆったりヨガ 夜の部 I 日時 木曜日(基本第1・3) 19:30~20:45 初回 5月1日 受講料 7,000円(全10回) ※ヨガマット(バスタオルで代用可)、飲み物・タオルをご用意ください 講師 和田 明子	日程 ① 5月1日 ⑥ 7月17日 ② 5月15日 ⑦ 8月7日 ③ 6月5日 ⑧ 8月21日 ④ 6月19日 ⑨ 9月4日 ⑤ 7月3日 ⑩ 9月18日
D-8 社交ダンス入門・初級 (初めの方または準ずる方) 日時 火曜日(月3回) 9:30~10:30 初回 5月13日 受講料 11,250円(全15回) ※動きやすい服装(ジャージ可)、飲み物、タオル、社交ダンスシューズ 又は運動靴等の室内履きをご用意下さい 講師 赤堀 賢治	日程 ① 5月13日 ⑥ 6月17日 ⑪ 8月12日 ② 5月20日 ⑦ 7月1日 ⑫ 8月19日 ③ 5月27日 ⑧ 7月8日 ⑬ 9月2日 ④ 6月3日 ⑨ 7月15日 ⑭ 9月9日 ⑤ 6月10日 ⑩ 8月5日 ⑮ 9月30日	F-2 ゆったりヨガ 夜の部 II 日時 木曜日(第2・4) 19:30~20:45 初回 5月8日 受講料 7,000円(全10回) ※ヨガマット(バスタオルで代用可)、飲み物・タオルをご用意ください 講師 和田 明子	日程 ① 5月8日 ⑥ 7月24日 ② 5月22日 ⑦ 7月31日 ③ 6月12日 ⑧ 8月28日 ④ 6月26日 ⑨ 9月11日 ⑤ 7月10日 ⑩ 9月25日
D-9 社交ダンス中級(経験者クラス) 日時 火曜日(月3回) 10:40~11:40 初回 5月13日 受講料 12,000円(全15回) ※動きやすい服装(ジャージ可)、飲み物、タオル、社交ダンスシューズ 又は運動靴等の室内履きをご用意下さい 講師 赤堀 賢治	日程 ① 5月13日 ⑥ 6月17日 ⑪ 8月12日 ② 5月20日 ⑦ 7月1日 ⑫ 8月19日 ③ 5月27日 ⑧ 7月8日 ⑬ 9月2日 ④ 6月3日 ⑨ 7月15日 ⑭ 9月9日 ⑤ 6月10日 ⑩ 8月5日 ⑮ 9月30日	F-3 楽しむバレエ 日時 木曜日(月3回) 19:30~20:45 初回 5月8日 受講料 12,000円(全15回) ※運動のできる服装、タオル、飲み物、バレエシューズ(靴下でも可) 講師 門 由紀子	日程 ① 5月8日 ⑥ 6月26日 ⑪ 8月21日 ② 5月15日 ⑦ 7月10日 ⑫ 8月28日 ③ 5月22日 ⑧ 7月17日 ⑬ 9月11日 ④ 6月12日 ⑨ 7月24日 ⑭ 9月18日 ⑤ 6月19日 ⑩ 8月7日 ⑮ 9月25日
D-10 Let's Pilates I 日時 火曜日(月2回) 9:30~10:30 初回 5月13日 受講料 7,000円(全10回) ※動きやすい服装、飲み物、タオル、ピラティスマット(ヨガマットでも可) 講師 森山 潤子	日程 ① 5月13日 ⑥ 7月15日 ② 5月20日 ⑦ 8月5日 ③ 6月3日 ⑧ 8月19日 ④ 6月17日 ⑨ 9月2日 ⑤ 7月1日 ⑩ 9月9日		