

# ピピアめふ 秋のフェスティバル

ピピアめふの文化教室で新しいチャレンジをはじめませんか!

●健康・スポーツ・武道 ●朗読 ●囲碁 ●書道 ●俳句 ●語学 ●料理 ●暮らしの知恵 ●美術・工芸 ●その他

各講座へのお申込み・お問合せは、それぞれの「問い合わせ先」まで 公益施設に関するお問合せは、ピピアめふ管理事務所まで 電話 0797-85-2274 (受付時間: 平日・土日祝 9:00~22:00)

## 健康・スポーツ・武道

### T'S-BOX Dance School ★10月20日発表会出演★

基礎力がアップできるように日々楽しくレッスンしています。

■一日体験 11月1日(金) 19時~20時30分 要予約 500円

ジャズダンスに必要なスキルアップのレッスンをします

- 講師 香織理、YU-KA、KEIICHIRO、咲季
- 対象 小学生~大人まで
- 入会金 4,000円 ■受講料 4,200円
- 開講日 月曜 21:00~22:00  
木曜 19:00~20:00・20:00~21:00・21:00~22:00  
金曜 19:00~20:30・20:30~22:00
- 場所 4階ライトスポートルーム
- 問い合わせ先 090-5065-3746 (タケチ)



### カワオナ初 ハワイアンフラ ★10月20日発表会出演★

フラは年齢に関係なく長く続けられます。優しいお仲間と楽しく踊りませんか

■講師 Yoko Nanea Nagahata (長畑陽子) (カワオナネア主宰者) 期間中入会金無料

■対象 女性 (男性の方はお問い合わせ下さい) 随時体験 無料

- 入会金 3,000円 期間中入会金無料
- 受講料 お問い合わせ下さい
- 開講日 第2.3.4木曜 14:00~15:30  
第2.3.4水曜 19:00~20:30  
第2.4水曜 12:00~13:00
- 場所 4階ライトスポートルーム
- 問い合わせ先 090-5047-9929 (ナガタ)



### キッズダンス チェリーエンジェル ★10月20日発表会出演★

NYの最新ダンスをミックスしたオリジナルダンスをわかりやすく教えます。

■体験 要予約 無料 期間中入会金無料

- 講師 西田美夏
- 対象 ①キッズ年少~小2 ②リトル小3~中学生
- 入会金 2,000円 ■受講料 4,000円/月
- 開講日 毎週水曜日
- ①キッズクラス 16:00~17:00
- ②リトルクラス 17:00~18:00
- ③選抜クラス 19:00~20:00
- 場所 6階会議室C
- 問い合わせ先 072-722-8975 (ニシダ)



### チアダンス ★10月20日発表会出演★

元気!笑顔!勇気!になれる「チアガール」になりませんか? ポンポンを使っのチアダンスです。

■体験 要予約 無料 期間中入会金無料

- 講師 西田美夏
- 対象 小学1年生~中学生
- 入会金 2,000円
- 受講料 4,500円/月
- 開講日 毎週水曜 18:00~19:00
- 場所 6階会議室C
- 問い合わせ先 072-722-8975 (ニシダ)



### Stepping Out Jazz Dance

初めての方のジャズダンス教室です。ダンス始めませんか?

■一日体験 11月14日、28日(木) 12時~12時55分 予約不要 無料

期間中入会金無料

- 講師 谷志保
- 対象 40代~70代 女性
- 入会金 1,000円 ※期間中は無料
- 受講料 4,000円/月4回
- 開講日 木曜 12:00~12:55
- 場所 4階ライトスポートルーム
- 問い合わせ先 080-5328-3265 (タニ)



### バレエダンス ウィッシュダンスファクトリー 入会金無料

基礎はバレエ・ジャズダンス・フリーダンス・ヒップホップ! 随時体験 要予約 無料

- 講師 仲城 梨絵
- 対象 4歳~大人
- 受講料 お問い合わせください
- 開講日 毎週月曜 17:00~18:00  
他クラス(別会場) 毎週水曜日 18:00~19:00  
隔週日曜日 午前中
- 場所 4階ライトスポートルーム
- 問い合わせ先 090-2725-2088 (ナカジョウ)



### 太極拳 楽修会 随時体験 予約不要 無料 入会金無料

体の動きの中で目の役割は大きい。必ず眼球体操も行って体の全神経に心くばりをいたします。一番基本となる動きをしますから、何才になっても多方面の運動を初めて、始める事も可能になります。

■一日体験 11月7日(木) 10時15分~11時45分

膝にやわらかい長パンツと靴底のやわらかい靴でどうぞ

- 講師 新宮 恵 (太極拳初級指導員)
- 対象 老若男女制限ありません
- 入会金 なし
- 受講料 4,000円/月
- 開講日 毎週木曜 10:15~11:45
- 場所 4階ライトスポートルーム
- 問い合わせ先 072-729-0935 (シンクウ)



### 空手教室 義道会館 私にも僕にもできる! リズミカルな音楽と共に「楽しく」「明るく」空手を学ぶ。 随時体験 予約不要 無料

- 講師 仁田 末義 (宝塚市空手道協会)
- 対象 3歳以上 男女問わず
- 入会金 期間中入会金+月謝1カ月無料
- 受講料 5,000円/月
- 開講日 毎週火曜 18:00~19:00  
19:00~20:00 (年少部)  
20:00~22:00 (一般部)  
毎週土曜 13:00~14:00 (年少部)
- 場所 4階ライトスポートルーム
- 問い合わせ先 0797-88-3141 (ニッタ)



### 自彊術健康体操 31の動作で筋力UPと血流UPで体の調子を整えます。 随時体験 要予約 無料

- 講師 田中美子 (近畿自彊術友の会 奥伝指導員)
- 対象 女性のみ
- 入会金 1,000円
- 受講料 3,500円/月
- 開講日 第1・2・3火曜 13:20~14:50
- 場所 6階和室
- 問い合わせ先 06-6333-7689 (タナカ)



### ピピアめふ自彊術(教室) 随時体験 要予約 無料

31の動作で身体のゆがみを整え自然治癒力を高める。日本最初の健康体操。

- 講師 大山和子 ((公)社団法人自彊術普及会)
- 対象 女性のみ
- 入会金 なし ■受講料 3,000円/月
- 開講日 毎週金曜 10:15~11:45
- 場所 6階和風ホール
- 問い合わせ先 0797-81-8884 (オオヤマ)



### 宝塚笑いヨガクラブ 入会金無料

体操として「笑う」。つくり笑いも本物の笑いに。ご機嫌の良い一日は健康の素。あなたの眠れる遺伝子をスイッチオン!!

- 講師 日置ゆりえ ■開講日 第3木曜
- 対象 どなたでも 13:15~14:45
- 入会金 なし ■場所 6階和風ホール
- 受講料 500円/1回 ■問い合わせ先 090-8375-4492 (ヒオキ)



### ハッピースマイル気功 (笑顔で幸せ体質になれる)

気功を基本に操体運動で心身のバランスを整える楽しい健康法

■随時体験 予約不要 無料 入会金無料

- 講師 大西 和子 (気功と操体指導員)
- 対象 男女年齢不問
- 入会金 なし
- 受講料 4,000円/月 又は 1回 1500円、チケット 6,000円
- 開講日 毎週土曜日 10:10~11:40
- 場所 6階和風ホール
- 問い合わせ先 090-2107-0423 (オオニシ)

