

骨盤体操&ピラティス

・毎週 木曜日 午後2時 ~ 3時



身体の体幹部にある骨盤や脊柱周辺の深層筋をほぐして鍛えて姿勢を整えていきます。動作がしなやかになり肩こりや腰痛解消の効果も期待できます。体験は無料です。ご参加お待ちしております。

↑電話 赤池 090-9657-6961

極真カラテ大石道場

・毎週 土曜日 午前10時 ~ 12時



子供達は礼儀とイジメに遭わない心身の強さ、女性は美容と護身と言った具合に、それぞれの目的、体力に合わせ老若男女誰にでも出来るカラテです。初心者、見学・体験歓迎します。

↑電話 前畑 090-2518-0887

フルコンタクト空手 日本空手道 田崎道場

・毎週 水曜日 少年部 午後6時 ~ 7時半
一般部 午後8時 ~ 9時半



当道場ではフルコンタクト(直接打撃制)空手を通じて「克己心」(自分に負けない心)を養うことを目標とし、日々稽古をしています。4歳から(上限なし)入門できます。

↑電話 田崎 090-9406-9933

剛柔流空手道 飛翔館

・毎週 金曜日 午後7時 ~ 9時



全日本空手道連盟及び熊本県空手道連盟の加盟道場です。伝統的空手道を学び各種大会等に出場しています。小学生から入門できます。是非見学にお越しください。

↑電話 岡本 090-2078-7370

公文書写教室 (かきかた・ペン・筆ペン・毛筆)

・毎週 金曜日 午後3時 ~ 8時



幼児から大人の方まで書くことが好きな方、又は美しい文字を書きたい方、大歓迎致します。書くことで集中力を高め学習にも意欲が出てきます。まずは一度教室を見に来て下さい

↑電話 馬場崎 080-3985-2733

日本習字 むらかみ習字教室

・毎週 土曜日 午前10時 ~ 12時



日本習字のお手本は各学年ごとに揃っており毛筆と硬筆をいっしょに学べるのが特徴です。正しい文字、美しい文字を身につけましょう。和やかで楽しい教室です。お気軽にご見学下さい。

↑電話 村上 080-8352-3746

榮ペン習字教室

・毎月第1・2・3木曜日 午後7時半 ~ 9時半



筆ペン・ボールペン・デスクペンなどで年賀状やメッセージに手書きの一言を添えてみませんか。手書きはあなたのぬくもりが伝わります。自分の作品も作って楽しみましょう

↑代表者 榮 義枝

大正琴・オカリナ教室

・毎月第1・3木曜日 午後1時 ~ 5時



邦楽から最新のヒット曲まで幅広く挑戦しています。毎月第3木曜午後1時からのオカリナ教室でもいろいろなジャンルの曲を練習しています。年1回の発表会も楽しみです。参加をお待ちしています。

↑電話 村上 096-378-4896

詩吟

・毎週 土曜日 午後1時 ~ 5時



私たちの詩吟の会は肥後古流の吟風です。質素で素朴な吟風です。腹の底から大きな声を出すときりとした気分になります。童謡・唱歌を歌いながら楽しく練習していますので皆さんの参加をお待ちしています。

↑電話 甲斐 096-378-6109

英会話

・毎月第1・3・5土曜日 午前9時 ~ 午後1時



カナダ出身のデビット先生と毎回楽しく英会話の勉強をしています。先生は日本人女性と結婚され、英会話の教え方も上手で楽しく笑いの絶えないクラスです。

↑電話 許 096-362-9832

スクラップブック教室 Chibitama Smile

・毎月第2・4金曜日 午前10時半 ~ 12時半



お家にたまった写真整理を目的とし、かわいいペーパーやステッカーでデコレーションして、世界に一つだけのオリジナルアルバムを作ります。体験教室も受け付けています。

↑電話 友澤 090-8662-9482

きもの着付教室 西日本文化和装協会

・毎週水・木曜日 午後6時 ~ 10時、
・毎月第1・3金曜日 午前9時 ~ 12時



「きもの」は日本の伝統的な民族衣装です。当教室では「器具なし」「手結び」という昔ながらの着装法を指導し、多くの方が自分一人で「きもの」を着られる様になる事を目指しています。

↑電話 吉田 090-2505-9195

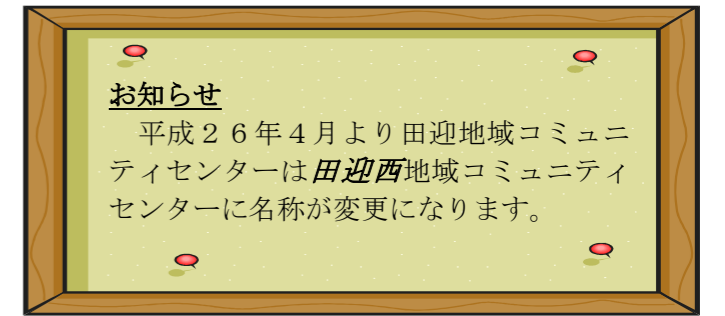
フラワーサークルベビーローズ

・毎週火曜日 午後2時~3時半 午後7時~8時半



季節のアレンジ・ブーケ・ギフトアレンジメントなど様々な作品を作ります。初めてでも安心! まずはお花の扱い方から始めましょう。趣味はもちろん資格取得もできます。

↑電話 西 090-7449-7391



・田迎地域コミュニティセンターの場所です。お気軽にお立ち寄りください。

