

2021年度 神明いきいきプラザ 前期教室一覧

★印は芝地区いきいきクラブです。

お申込み・お問合せ：03-3436-2500

区分	事業名	曜日(開催週)	時間	月謝・教材費	対象 ※すべて港区在住	定員
趣味・ 教養・ 娯楽	カラオケ①	月(毎週)	13:30~14:20	無料	60歳以上	13
	カラオケ②	月(毎週)	14:30~15:20	無料	60歳以上	13
	絵手紙①	月(2・4)	10:00~11:00	100円/月	概ね50歳以上	7
	絵手紙②	月(2・4)	11:15~12:15	100円/月	概ね50歳以上	7
	★ネイティブに学ぶBritish English①	月(2・4)	17:30~18:30	1,600円/月	概ね50歳以上	8
	★ネイティブに学ぶBritish English②	月(2・4)	18:45~19:45	1,600円/月	概ね50歳以上	8
	★英語でConversation(初中級)	火(毎週)	10:00~10:45	600円/回	概ね50歳以上	20
	★英語でConversation(中上級)	火(毎週)	11:00~11:45	600円/回	概ね50歳以上	20
	英語でLet's sing(夜間)	火(毎週)	17:30~19:00	無料	概ね50歳以上	20
	英語でLet's sing(午前)	水(毎週)	10:30~12:00	無料	概ね50歳以上	25
	茶道(表)① ※6月より開催予定	水(1・3)	9:30~12:30	1,500円/月	概ね50歳以上	10
	茶道(表)② ※6月より開催予定	水(1・3)	13:30~16:30	1,500円/月	概ね50歳以上	10
	美しいペン字を書く	水(2)	14:00~16:00	1,000円/回	概ね50歳以上	20
	基本の「書」	水(4)	14:00~16:00	1,000円/回	概ね50歳以上	20
	絵本アート教室	木(毎週)	10:30~12:30	500円/月	概ね50歳以上	8
	美しいかなを書く①	木(1・3)	14:00~16:00	1,000円/回	概ね50歳以上	25
	美しいかなを書く②	木(2・4)	14:00~16:00	1,000円/回	概ね50歳以上	25
	★仏原語シャンソン	木(1・3)	14:00~15:00	2,200円/月	概ね50歳以上	20
	パステルアート	金(1)	13:30~15:30	500円/回	概ね50歳以上	8
	水墨画	金(2・4)	14:00~16:00	1000円/月	概ね50歳以上	10
囲碁(初級~中級)	土(毎週)	10:00~10:40	無料	概ね50歳以上	20	
囲碁(上級~有段)	土(毎週)	11:00~11:40	無料	概ね50歳以上	20	
健康・ エクササイズ・ スポーツ・ ダンス	★ゴルフ入門	月(毎週)	10:00~11:30	500円/回	概ね50歳以上	20
	★姿勢矯正ストレッチ&ダンス	月(毎週)	11:00~12:00	500円/回(※会場費別)	概ね50歳以上	11
	社交ダンス(中級)	火(2・4)	10:00~12:00	1000円/月	概ね50歳以上	15
	ふれあい卓球①	火(毎週)	13:00~14:00	無料	60歳以上	25
	ふれあい卓球②	火(毎週)	14:20~15:20	無料	60歳以上	25
	社交ダンス(初級)	水(毎週)	13:00~14:30	500円/回	概ね50歳以上	15
	木曜ヨガ(姿勢の美)①	木(1・3)	13:30~14:40	500円/半期	概ね50歳以上	9
	木曜ヨガ(姿勢の美)②	木(2・4)	13:30~14:40	500円/半期	概ね50歳以上	9
	★オラア・ビューティー	金(2・4)	13:30~14:30	2,300円/月	概ね50歳以上	15
	芝ピンポンケア教室~ラージボールで介護予防~	金(毎週)	13:15~15:00	無料	60歳以上	20
	日曜ヨガ(アシュタンガヨガ)①	日(毎週)	9:45~10:45	無料	概ね50歳以上	8
	日曜ヨガ(アシュタンガヨガ)②	日(毎週)	11:00~12:00	無料	概ね50歳以上	8

※ 講師や当プラザ、天候の都合により休講や日程変更がある場合がございます。何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。
プログラムの詳しい内容につきましては、スタッフまでお問い合わせください。