

☀ ぽかぽか 令和6年度 前期 講座日程表 ☀

★★親子・お子様が楽しむ講座★★

2024/2/11

曜日	講座名	定員	会場	日時	回数	受講料	講師名	
火	産後ママ&ベビーヨガ	15組	体育室 大研修室	9:45~10:30	【4月】16 【5月】7・21 【6月】4・18 【7月】2	6回	3,300円	西脇実和子
	音育！親子リトミック(1才3ヶ月~2才2ヶ月)	15組	体育室 大研修室	9:45~10:30	【4月】2・16 【5月】7・21 【6月】4・18 【7月】2・16 【8月】6・20 【9月】3・17	12回	6,600円	熊谷 由紀子
	音育！親子リトミック(2才3ヶ月~未就園児)	15組	体育室 大研修室	10:45~11:30				
	書き方教室 (年長~小学6年生)	20	小会議室	16:30~18:30	【4月】2・9・16 【5月】7・14・21 【6月】4・11・18 【7月】2・9・16 【8月】6・13・20 【9月】3・10・17	18回	7,700円 別途教材代 3,900円	清水 智泉
	キッズわくわくガーデン(年中~小学2年生)	20	体育室	17:30~18:30	【4月】16・23・30 【5月】7・14・21・28 【6月】4・11・18・25 【7月】2・9・16・23	15回	5,500円	伊藤 早苗
木	シェイプアップヨガ(曜日変更) 子ども同伴コース(託児は無し)	20	大研修室	11:00~11:50	【4月】11・18・25 【5月】9・16・23・30 【6月】6・13 20・27 【7月】4・11・18・25 【8月】1	16回	6,600円	水谷 有里
	Fun Fun Basic English!(小5~小6)③	15	大研修室	17:30~18:30	【4月】4・11・18・25 【5月】9・16・23・30 【6月】6・13 20・27 【7月】4・11・18・25 【8月】1・8	18回	14,300円 別途教材代 1,500円	藤田 典子
	キッズジャズダンス (年中~小学1年生)	30	体育室	16:30~17:15	【4月】4・11・18・25 【5月】9・16・23・30 【6月】6・13 20・27 【7月】4・11・18・25 【8月】1・8・22・29	20回	7,700円	yae
	ジュニアジャズダンス (小学2年~小学6年生)	30	体育室	17:30~18:45		20回	7,700円	
金	(新)ラララおんがく♪	30	体育室	10:00~11:00	【4月】19 【5月】17 【6月】21 【7月】19 【9月】20	5回	2,200円	音楽療法士
土	Come on! Baby English Club (3歳~年長)①(午前コース)	15	大研修室	9:30~10:10	【4月】6・13・20 【5月】11・18・25 【6月】1・8・15・22・29 【7月】6・13・20・27	15回	8,800円 別途教材代 3,000円	伊藤 由紀子
	Fun Fun Basic English!(小1~小2)①	15	大研修室	10:30~11:30		15回	12,100円 別途教材代 3,000円	
	Come on! Baby English Club (3歳~年長)②(午後コース)	15	大研修室	13:00~13:40	【4月】6・13・20 【5月】11・25 【6月】1・8・15・22・29 【7月】6・13・20・27 【8月】3	15回	8,800円 別途教材代 2,000円※	池田 真理
	Fun Fun Basic English!(小3~小4)②	15	大研修室	14:00~15:00		15回	12,100円 別途教材代 1,500円※	

◆◆大人が楽しめる講座◆◆

※継続生は500円

曜日	講座名	定員	会場	日時	回数	受講料	講師名	
火	健康体操	45	体育室	13:30~14:30	【4月】2・9・16・23・30 【5月】14・21・28 【6月】4・11 18・25 【7月】2・9・16・23 【8月】6・20・27 【9月】3	20回	7,700円	安田 詞順
	歪み改善! 骨盤体操ヒトフィット!!	20	大研修室	13:00~14:00	【4月】9・16・23 【5月】7・14・21・28 【6月】4・11 18・25 【7月】2・9・16・23 【8月】6・20・27 【9月】3・10	20回	7,700円	松崎 晶
	ワード・エクセルの基礎(曜日変更) (Windows 8以上のパソコン持参)	15	小会議室	13:30~15:30	【4月】9・23 【5月】14・28 【6月】11・25 【7月】9 【8月】27	8回	4,400円	高井嘉奈子 (くわなIT推進クラブ)
	楽しく学ぼう英会話(初級)	15	小会議室	19:30~21:00	【4月】2・9・16・23 【5月】7・14・21・28 【6月】4・11・18・25 【7月】2・9・16・23	16回	14,300円	池田 真理
水	シェイプアップヨガ(一般コース)	30	大研修室	9:30~10:30	【4月】3・10・17・24 【5月】8・15・22 【6月】5・12 19・26 【7月】3・10・17・24 【8月】7・21・28	18回	6,600円	安田 詞順
木	やさしいエアロビクス&プチヨガ(一般・託児あり)	45	体育室	9:30~10:30	【4月】4・11・18・25 【5月】9・16・23 【6月】6・13・20 27 【7月】4・11・18・25 【8月】1・8・22・29 【9月】5	20回	7,700円	安田 詞順
	筆ペンで楽しく描こう! 「己書(おのれしょ)」	15	小会議室	13:00~14:00	【4月】11・25 【5月】9・23 【6月】13・27 【7月】11・25 【8月】8・22	10回	4,400円 別途教材代 1,000円	濱口裕香子
	大人のジャズダンス	30	体育室	13:30~14:30	【4月】4・11・18・25 【5月】9・16・23・30 【6月】6・13 20・27 【7月】4・11・18・25 【8月】1・8・22・29	20回	7,700円	yae
	誰でもできるヨガ	30	体育室	19:30~20:30	【4月】4・11・18・25 【5月】9・16・23・30 【6月】6・13 20・27 【7月】4・11・18・25 【8月】1・8・22・29	20回	7,700円	水谷 有里
金	ぽかぽかオリジナルピラティス	20	大研修室	10:30~11:30	【4月】5・12・19・26 【5月】10・17・24・31 【6月】7・14・21・28 【7月】5・12・19・26 【8月】2	17回	6,600円	後藤 明美
	アフタヌーン・シェイプアップヨガ	30	体育室	13:00~14:00	【4月】5・12・19・26 【5月】10・17・24・31 【6月】7・14 21・28 【7月】5・12・19・26 【8月】2・9・23・30	20回	7,700円	水谷有里
	中国の健康体操 練功	30	大研修室	13:30~15:00	【4月】5・12・19・26 【5月】10・17・24・31 【6月】7・14 21・28 【7月】5・12・19・26 【8月】2・9・30【9月】6	20回	7,700円	長谷川節子
	楽しいチアストレッチ	30	体育室	15:00~16:30	【4月】5・12・19・26 【5月】10・17・24・31 【6月】7・14 21・28 【7月】5・12・19・26 【8月】2・9・30【9月】6	20回	7,700円	松岡由美
土	桑名の千羽鶴	15	小会議室	10:00~12:00	【4月】13 【5月】11 【6月】8 【7月】13 【8月】10 【9月】14	6回	3,300円	桑名の千羽鶴を 広める会

【申込み方法】

- LINE、メール(pokapoka@kuwana-shakyo.com)、窓口のいずれかでお申込みください。
- お子様の講座は、講座初日に該当する月齢、年齢、学年のお子様を対象です。
- 「Come on! Baby English Club」「Fun Fun Basic English!」「書き方教室」「己書」講座は教材費等が別途必要です。
- 「ワードエクセルの基礎」講座はWindows 8以上のノートパソコンを持参。(ない方は1回300円で貸出有り)

【申込み期間】

- 2/1(木)~2/29(木)
- 定員を超えた場合は抽選になります。(市内在住の方優先)
- 日程は、都合により変更になる場合があります。

ぽかぽかのLINE QRコード

