

2022年後期 生徒募集

入会金無料キャンペーン!! ~10/28

カワイは除く

西神中央文化センター

西神中央駅徒歩1分 三井住友銀行上4階 お申込、お問合せは 078-991-5688

空手

沖縄伝統空手4大流のひとつ、日本空手協会(松濤館流)の公認A級指導員2名が親切丁寧に指導します。幼稚園児から一般の方まで、楽しく無理をせずに基本の突き、蹴りから形、組手を体得し、いじめにも負けぬ精神を築くことが指導目的です。



- 金 18:20~19:35 幼児・小学生
 - 金 19:35~20:35 経験者・有段者
 - 講師：増野耕三 伏野辰郎
- 公益社団法人日本空手協会公認A級指導員

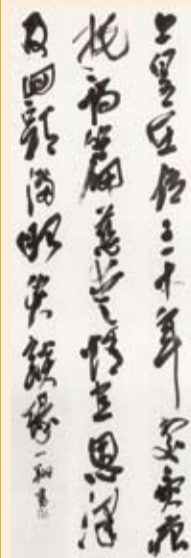
楊名時 健康太極拳

いつはじめてもその時がその人にとって最良の出会いのとき。
太極拳で心と体、人生を豊かに!!
初心者大歓迎!!



- 火 12:50~13:50
- 講師：西脇三紀子 日本健康太極拳協会師範

書道 滴仙会



美しい文字が書きたいと思うことは、誰もが願うことです。はじめから美しい文字を書ける人はいません。上手になりたいと思う心が上達させるのです。毛筆、ペン字など何でもできます。

- 水 13:00~15:00
18:00~20:00 (月2回)
- 講師：伊藤一翔
日展会員
日本書芸院常務理事
読売書法会常任理事
兵庫県書作家協会理事長
滴仙会理事長

新講座 ズンバ

ラテン系のノリの良い音楽に合わせて身体を動かすダンスフィットネスエクササイズです。リズムに乗りながらステップを踏みましょう。

複雑な動きがないのでダンスが得意でない人も、エクササイズ初心者も気軽に始められます。

Let's 脂肪燃焼!!



- 金 11:00~12:00
- 講師：東美香

フィットネスインストラクター

新講座 体にやさしい大人の基礎バレエ

踊るテクニック以前のバレエの基本レッスンを通じて、普段の動きが楽になる使い方を身につけます。

- *体験レッスン：
9/22 木 11:25~12:40
体験料：¥1,100 *要予約
- 講師：田中由美 ぶるむな〜ど代表



新講座 ミドルからシニアまでゆる楽ストレッチ

じわーっと&だら〜んと、足指の先など、ふだん気にしない部位から全身まで、ていねいにゆるめて楽にするストレッチです。

- *体験レッスン：
9/22 木 10:20~11:20
体験料：¥1,100 *要予約
- 講師：田中由美 ぶるむな〜ど代表



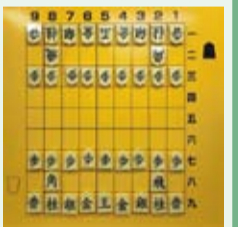
こども将棋教室

集中力・思考力・礼節が身につきます
膨大な選択肢の中から最善を選ぶことによって思考力、集中力を鍛え、難局を打開する力を養います。礼に始まり礼に終わる将棋。礼儀作法や精神性を養います。

- 第1,3土 10:00~12:00 ●講師：陶山亮

ビギナーズ女性将棋教室

- 女性限定の将棋教室です。
- 頭の体操に最適です。
- 将棋のルール、駒の動かし方、基本戦法、詰め将棋などを丁寧に指導します。



- 第2,4金 13:45~15:45 ●講師：陶山亮

社交ダンス

素敵な曲を聴きながらダンス仲間と楽しく踊りましょう。基礎から丁寧に指導しています。

- 金 14:00~14:55
土 18:30~19:45
- 講師：高本美果

*個人レッスン要相談



書道 神戸笹波会

- ・手書き文字で時折の心を伝えましょう!!
- ・書く喜びを通して日本語の美しさを再確認いたしましょう!!
- ・実用書道、ペン字も学習しています。

- 木 14:00~15:30 一般のみ
- 木 16:00~20:00 幼児〜一般
- 講師：越智美陽 神戸笹波会常任総務



新講座 シニアのための 踏み台体操

楽しい音楽にのって大きな太股の筋肉を使い、台の上り下りをする事で足腰を強化します。いつまでも自分の脚でしっかり歩ける幸せを!!
フレイル予防に!

- *体験レッスン：9/30 金 10:00~11:00

- 講師：東美香 フィットネスインストラクター



嵯峨御流

現代風のおしゃれな花、自然な花、風雅な花。どちらも取り入れて稽古しています。

- 第1,2,3月
17:30~20:00

- 講師：林順甫



クラシックバレエ

基礎から正しく楽しく丁寧に! 技術だけでなく音楽性、感受性、豊かに表現できるよう指導しています。バレエ団出身のダンサーが指導します。

- 水 16:30~19:30 金 15:40~17:40

- 講師：奥山祐香子

Yukako Ballet Studio 主宰

珠算

そろばんを学習することによって集中力、発想力、記憶力、洞察力、情報処理能力、速聴・速読能力などが磨かれます。

- 火 16:00~19:00

- 金 16:00~19:00

- 週2回、週1回コースあり

- 講師：仁部英雄 兵庫県珠算連盟会長



新クラス プリスクール English

4~6歳対象：ゲームや歌などを織り交ぜて楽しみながら英会話を学びます。

- 土 11:35~12:05

新講座 ドイツ語入門

ABC(アーベーツェー)から始めましょう!

- 第1,3金 10:00~11:00

個人レッスン要相談