

9月のお知らせ

コミュニティふらっと阿佐谷

運動の秋、芸術の秋にいかがですか？
各種講座好評開催中です！

★ストレッチ&ピラティス★
ほぐして・伸ばして・整える
～こころとからだのストレス解消法～

★ヨーロッパの歴史・文化講座★
一時代を創った人物
人物を創った時代一

★夜ピラティス★
一週間の疲れをリフレッシュ

★美術講座★
* 人類の“美”を楽しむ *

開催日時は右→の講座・イベントスケジュールをご覧ください！
どなたでもご参加いただけますのでお気軽にご参加ください。
ご質問・ご予約は受付まで！

Friday Night Dancing! 体験会2回目開催！
10月から金曜日の夜に新しいダンス講座、“フライデー ナイト ダンシング”が始まります。
9月13日に2回目の体験会を開催します。
大人向けのダンスミックスプログラムで前半は身体をほぐして リフレッシュ & コンディショニング、
後半はテーマの音楽に合わせてダンス！今回はスタンダードジャズで大人っぽく踊りましょう！
詳しくは館内のチラシ、掲示物をご覧ください。絶賛申し込み受付中です。是非ご参加ください。

コミュニティふらっとは、区の集会施設です。地域の方の趣味や学習のグループ活動に利用できるほか、講座や多世代交流イベントへの参加を通じて、身近な地域の方々が集い、世代を超えて交流する場です。ご利用方法等お気軽にお問合せください。

9月の休館日
・9月 5日(木)
・9月19日(木)

【お願い】感染症予防のため、ご利用の際には下記の事項にご協力ください。

手指の消毒 換気 密集・密接を避ける

※マスクの着脱は個人の判断を尊重し、ご配慮をお願いします。

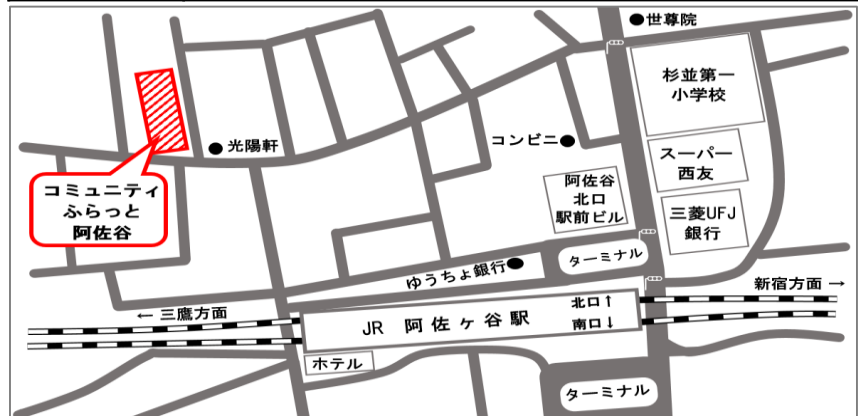


★ホームページで情報発信中！

9月の講座・イベント

※講座の詳細内容はチラシをご覧ください。
※参加費はテキスト代込みです。

曜日	講座名	日時	参加費
月	子育てきずなサロン with ままころ	2日・30日 10:00~12:00	協力金200円
月	はじめてのチアダンスレッスン	9日・23日 16:30~17:30	1000円/回
火	楽しい脳活性化トレーニング	3日 13:00~15:00	500円/回
水	歴史・文化講座 女王エリザベス対スペイン無敵艦隊	4日 13:00~15:00	1000円/回
水	美術講座 ゴヤの名作「裸のマハ」はなぜ裁判に？	18日 13:30~15:00	1000円/回
木	ピラティス教室【昼】 <small>7月から時間が変更になりました。</small>	12日・26日 13:30~14:30	1000円/回
金	ストレッチ&ピラティス	13日・27日 10:00~11:00	1000円/回
金	夜ピラティス 1週間の疲れをリフレッシュ！	6日・20日 19:00~20:00	1000円/回
金	Friday Night Dancing! 体験会②	13日 19:00~20:30	500円/回 アンケートにご協力お願いいたします。
土	キッズダンス 入門クラス	7日・14日 13:30~14:30	1000円/回
土	キッズダンス 初級クラス	7日・14日 14:40~15:40	1000円/回
日	アーティストカバーダンス 入門クラス	1日・15日・29日 15:30~16:30	1000円/回
日	アーティストカバーダンス 初級クラス	1日・15日・29日 16:40~17:40	1000円/回



【お申込み/お問い合わせ先】
コミュニティふらっと阿佐谷

■開館時間 9:00~21:00
■電話：03-5364-9360
■住所：阿佐谷北2-18-17
■アクセス：JR阿佐ヶ谷駅北口 徒歩5分