

10月 October

コミュニティふらっと阿佐谷のお知らせ

コミふら阿佐谷 秋まつり 開催！！
10月20日(日曜日) 10:00~15:30 雨天決行
 今までにない新企画が盛りだくさんです。
 子供から大人まで楽しんでいただけます。
 ご来場お待ちしております！！

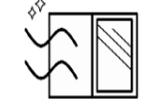
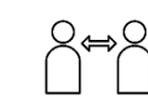
※詳しい内容は館内のチラシをご覧ください
 ※19日、20日は準備、お祭り開催の為、
 ラウンジ、自習スペースなど使用に制限がございます。

Friday Night Dancing! / フライデー ナイト ダンシング! スタート
 10月から金曜日の夜に新しくダンスミックスプログラムが始まります。
 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、
 後半は音楽に合わせてダンス! 3カ月毎にテーマを変えて踊ります!
 ダンスでリフレッシュしませんか? 初心者大歓迎! 老若男女どなたでもお気軽に!
 ダンスを始めるのに年齢は関係ありません!! みんなで楽しく踊りましょう!!

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。

10月の休館日
 ・10月 3日(木)
 ・10月17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。



10月の講座・イベント

※講座の詳しい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	7日・21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	7日・14日 16:30~17:30	1000円/回
火	楽しい脳活性化トレーニング	1日 13:00~15:00	500円/回
水	歴史・文化講座 カラヴァッジョとバロック絵画の誕生	2日 13:00~15:00	1000円/回
水	美術講座 パルテノン神殿 ペルシャが生んだ象徴	16日 13:30~15:00	1000円/回
木	ピラティス教室【昼】	10日・24日 13:30~14:30	1000円/回
金	ストレッチ&ピラティス	11日・25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!	4日・18日 19:00~20:00	1000円/回
金	New Friday Night Dancing!	11日・25日 19:00~20:30	1000円/回
土	キッズダンス 入門クラス	5日・12日 13:30~14:30	1000円/回
土	キッズダンス 初級クラス	5日・12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	6日・13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	6日・13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