

9月 コミュニティふらっと阿佐谷のお知らせ

体験キャンペーン実施中！！

ダンスは心と体の健康に役立つと科学的にも証明されてるんですよ！

第2・4 金曜日 大人のためのストレッチ＆ダンス講座
「フライデーナイト ダンシング！」では！

通常1回 1,000円のところ500円で体験が可能です。
※10月末までの期間限定です。詳しくは受付まで。
お気軽にご参加ください。※体験はお一人様1回限り

自主事業講座よりお知らせ

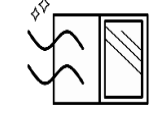
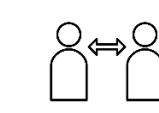
10月より下半期、各講座➡が更新の時期になります。
新たにお申込み、ご登録が必要になりますのでお忘れなく！
ご参加、心よりお待ちしております！

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 4日(木)
- ・9月18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

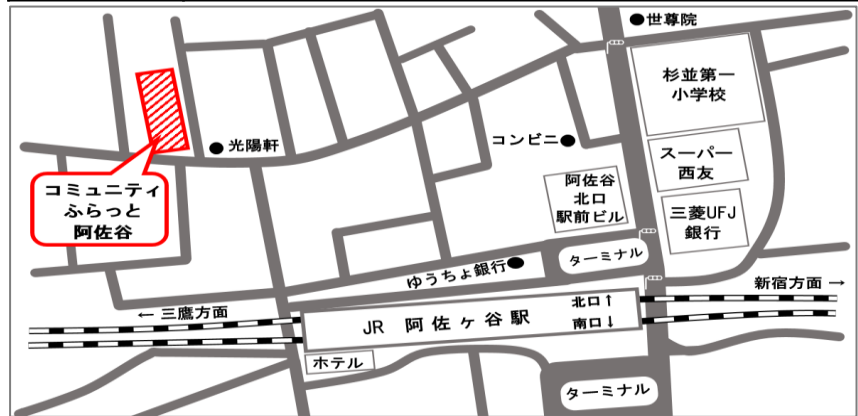
※マスクの着脱は個人の判断を尊重し、ご配慮をお願いします。




★ホームページで
情報発信中！

9月の講座・イベント

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	1日・29日 9:40～11:40	協力金200円
月	はじめてのチアダンスレッスン	8日・22日 16:30～17:30	1000円/回
火	楽しい脳活性化トレーニング	2日 13:00～15:00	500円/回
水	歴史・文化講座 バロックの都ローマとベルニーニ	3日 13:00～15:00	1000円/回
水	美術講座 ガウディの芸術	17日 13:30～15:00	1000円/回
木	ピラティス教室【昼】	11日・25日 13:30～14:30	1000円/回
金	夜ピラティス 1週間の疲れをリフレッシュ！	5日・19日 19:00～20:00	1000円/回
金	ストレッチ＆ピラティス	12日・26日 10:00～11:00	1000円/回
金	Friday Night Dancing!	12日・26日 19:00～20:30	1000円/回
土	キッズダンス 入門クラス	13日・27日 13:30～14:30	1000円/回
土	キッズダンス 初級クラス	13日・27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	7日・21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	7日・21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

※講座の詳しい内容はHPや館内チラシをご覧ください。
※参加費はテキスト代込みです。