

広のひろみ公園 令和2年8月イベント情報

講座は1回単位となります。参加費は1回あたりの金額です。イベント・講座のお申込みは、中面下をご覧ください。



8/2日・23日

モーニングパークヨガ

公園の緑を心地よく感じながらのびのびとヨガを行います。天候(気温)によっては室内で行います。
参加費●1,000円
時間●9:15~10:15 講師●ikumi
対象●どなたでも
持ち物●ヨガマットまたはバスタオル、飲み物
定員●9名



8/3日

親子のためのリトミック

身体全体でリズムを感じ表現することで、音楽感覚や感受性を育てます。
参加費●1,200円(教材費込)
時間●①10:00~10:40 /1歳半~2歳未満
②11:00~11:40 /2歳~3歳未満
講師●藤本 絢香
定員●各5組(最少催行人数各4組)



8/7日・28日

5歳からのチアダンス

誰もが楽しく踊れるチアダンスクラスです。初めての方には練習用ポンポンプレゼント。
参加費●1,500円
時間●15:15~16:05
講師●君島 典子
対象●5歳~小学2年生
持ち物●室内履き、飲み物、動きやすい服装
定員●9名(最少催行人数5名)



8/8日

公園の木に名札をつけよう

樹木医の先生と公園の樹木に木の名札を作って、一緒に記念撮影します。
参加費●1,000円
時間●10:00~12:00
講師●菊地 仁司
対象●どなたでも
持ち物●歩きやすい服装、飲み物
定員●9名(最少催行人数2名)



8/8日

スウェーデン刺しゅう

お好きな色を選んで、小さくて可愛いプローチを作りながら、基本の技法を学びます。
参加費●2,000円(材料費込)
時間●10:30~12:00
講師●五十嵐 富美
対象●10歳以上
持ち物●室内履き
定員●9名(最少催行人数5名)



8/9日

書道×アート

うちわに書道作品制作です。えんぴつ・ペンであなたのお名前を書き、筆で作品をつくります。
参加費●1,500円(材料費込)
時間●10:30~12:30
講師●根岸 蝶秋
対象●どなたでも
持ち物●室内履き
定員●4名



8/5日

英語でおててサイン

親子で英語遊びや話しかけの仕方を、楽しみながら学べます。
参加費●1,500円
時間●10:30~11:20
講師●澤 弥由
対象●3カ月~2歳ぐらいのお子様と保護者
持ち物●いつものベビーちゃんのお世話道具
定員●5組(最少催行人数2組)



8/13日

フラダンス

ハワイアン音楽に合わせて笑顔で踊りましょう。
参加費●1,500円
時間●①15:30~16:30 /大人向け
②16:50~17:40 /4歳~低学年
講師●アロヒラニ高橋
持ち物●室内履き、動きやすい服装、パウスカートお持ちの方はご持参下さい。
定員●各9名(最少催行人数5名)



8/16日 ハーブを楽しむ

ポタジェでとれたシソを使ってシソジュースの作り方を学びます。ハーブティーを自分でブレンドして、可愛いミニバックを作りお持ち帰りいただきます。
参加費●800円(材料費込)
時間●10:00~12:00
講師●藤田 真理子
対象●どなたでも
小学2年生までは保護者同伴
持ち物●室内履き 定員●9名



8/22日 ウクレレを楽しむ

参加費●1,500円
時間●①10:30~12:00 /初めての方
②13:00~14:30 /リピーター、経験者
講師●望月 和介
対象●①②どちらも小学生以上
持ち物●室内履き、筆記用具、ウクレレ ※ウクレレ貸出/500円(数量限定、先着順)
定員●各9名(最少催行人数各5名)

8/23日 レカンフラワー

綺麗な自然色の乾燥花を楽しむことができるフラワーアートです。8月は“フラワーボックス”を作ります。
参加費●2,800円(材料費込)
時間●10:00~12:00
講師●yuki花
対象●どなたでも
持ち物●室内履き 定員●6名



8/24日

親子エクササイズ

親子で一緒にからだを動かしましょう。
参加費●800円
時間●10:00~11:00
講師●鈴木 めゆ
対象●乳幼児とそのお母さま
持ち物●動きやすい服装、飲み物
定員●5名



8/29日

オリジナル食器作り

真っ白な食器を自分好みにデザインしてオリジナル食器を作ります。絵が苦手な方でも大丈夫です。8月は“丸型プレート”を作ります。
参加費●2,000円(材料費込)
時間●10:00~12:00
講師●姫田 真帆
対象●小学生以上
持ち物●室内履き
定員●8名



8/31日

ボディメイク

毎回引き締め部位を決めて、集中的にトレーニング。カリスコーチが楽しく指導。8月の部位はウエスト周り。
参加費●800円
時間●10:00~11:00
講師●堀江 恭子
対象●どなたでも
持ち物●室内履き、動きやすい服装、飲み物
定員●9名



イベントのお申込みは公園ホームページから7/13日より受付 www.nakano-hiromatimirai.jp からネット予約できます。

メールアドレスをお持ちでない方はお電話☎03 6382 6072、公園窓口にて受付もおこなっております。

開催日1週間前に受付を終了いたします。最少催行人数に達しない講座は中止となる場合があります。当日のキャンセルは参加費をいただいております。