

赤崎カラオケ

日時 毎月 第2・4土曜日
13:00～15:00

会費 1,500円

講師 たかひろし



☆ 歌を歌うことにより、
脳の活性化、ストレス解消！
人の輪が広がります。

コール赤崎 (コーラス)

日時 毎週 水曜日
10:00～12:00

会費 2,000円

講師 竹内 清子 芳野 恭子



☆ 竹内先生の明るく熱心な指導と
芳野先生の素晴らしいピアノ演奏で
コーラスを楽しんでいます。
お腹から声を出して歌うとストレス発散
気分転換になります。

卓球

日時 毎週 木曜日
13:00～15:00

会費 200円

相互学習



☆ 楽しみながら、いい汗かいています。
卓球の向上、体力維持に
始めてみませんか？

赤崎社交ダンス

日時 毎週 水曜日
19:00～21:00

会費 1,000円

講師 中島 美詠子



☆ 社交ダンスの初歩から中級
いかに美しく踊るかを目標に
練習しています。
一緒に踊りませんか？

カローリング

日時 毎月 第2・4土曜日
10:00～12:00

会費 無料

相互学習



☆ カローリングは年齢、体力に関係なく
誰でも楽しめるスポーツです。
健康維持とコミュニケーション！

ストレッチ

日時 毎月 第2・4金曜日
10:00～11:00

会費 1,000円

講師 長谷 清美



☆ 自分の体は自分で
メンテナンスしませんか？
気持ち良いですよ！
ストレッチで体をほぐしましょう

申込先・お問い合わせ

赤崎地域交流センター 【88-0162】

電話またはQRコードを読み取りメールで申し込み

