

増田公民館 愛好会・サークル見学会一覧② 3月7日（金）～12日（木）

No.	期日	番号	活動内容	愛好会名	時間	体験	見学	持ち物・注意事項など
28	7（金）	1	書道	蒼穹	10：00～12：00	◎	◎	体験は書道用具持参。初心者も書道の楽しみを実感できます。
29		2	太極拳	NAF（楊名時太極拳）	10：15～11：15	◎	◎	動きやすい服装。初心者OK。バランス・体幹力UP、姿勢をキレイに。
30		3	太極拳	雅ぶ太極拳同好会増田教室	13：30～15：00	◎	◎	運動できる服装で。飲物持参。老若男女を問いません。
31	8（土）	1	ピアノ	ドレミピアノサークル	10：00～11：30	◎	◎	未就学児から小学生まで。気軽にピアノとふれあえます。
32		2	真向法体操	みやぎ青葉真向法会	10：30～12：00	◎	◎	運動できる服装で。飲物持参。
33		3	合唱	合唱団なとり(女性合唱)	13：30～15：30	◎	◎	8（土）は13：30～15：30、29（土）は14：30～16：30。
34		4	ピアノ	名取ピアノサークルぴあるて	13：30～15：00 16：00～17：30 18：30～20：00	◎	◎	希望者は3日前まで要連絡。グループレッスンです。
35		5	フラダンス	ハラウ・ユキフラ・オオリノ	14：00～15：30 19：00～20：30	◎	◎	初心者から経験者、どなたでも、年齢も問いません。
36		6	ギター	ギターアンサンブル「なとり」	18：30～20：30		◎	特になし
37	9（日）	1	ピアノ	名取ピアノサークルぴあるて	10：00～11：30 13：00～14：30 15：30～17：00	◎	◎	希望者は3日前まで要連絡。グループレッスンです。
38	10（月）	1	演劇	名取シニア劇団あっぺとっぺ	9：00～12：00	◎	◎	年齢経験不問。動きやすい服装（スカート不可）。飲物持参。
39		2	料理	しあわせご飯の会	9：00～14：00	◎	◎	玄米自然食、穀菜食の健康料理。三角巾、エプロン、筆記用具持参。
40		3	レクダンス	レクダンス・カトレア	10：00～12：00	◎	◎	ポップスから演歌まで、楽しみながら簡単に踊れるダンスです。
41		4	トールペイント	Lee's studio RC(リーススタジオアールシー)	10：00～12：00	◎	◎	難しいと思っていませんか？簡単に素敵な絵が仕上がります。
42		5	ヨガ	ヨーガサークル ふるーる	10：00～12：00	◎	◎	ゆっくりと体を動かすので、初心者も大丈夫。あればヨガマット。
43		6	水彩画	絵画愛好会	10：00～14：00		◎	画材は、各自で用意しています。
44		7	合唱	混声合唱団 せせらぎ	13：30～15：30	◎	◎	活動内容：演奏会に向けた合唱演習など。
45		8	バランスボール	B. B	14：00～15：00	◎	◎	運動できる服装で。ヨガマット、タオル、飲物持参。初心者も歓迎。
46	11（火）	1	自然食ほか	宮城根っこの会	9：00～12：00	◎	◎	「あなたと健康」の輪読、生き方などの総合学習。筆記用具持参。
47		2	ハンドベル	とんちんか～ん	10：00～11：00		◎	「託児サークルひよこ」の活動から始まりました。脳トレの一環です。
48		3	太極拳	増田太極拳愛好会	10：00～11：30	◎	◎	運動できる服装で。経験不問。心と体の健康が得られます。
49		4	3B体操	増田3Bの会	10：30～12：00	◎	◎	運動苦手でも大丈夫！音楽に合わせて笑顔で楽しくストレッチ。軽装で。
50		5	カラオケ	名取カラオケ愛好会	13：00～15：00		◎	女性のための愛好会です。
51		6	写経	写しの会	13：30～14：30		◎	特になし
52		7	カラオケ	増田カラオケ教室	13：30～15：30	◎	◎	特になし
53		8	フラワーアレンジメント	フラワーデザイン フリマヴェーラ	14：00～16：00		◎	特になし
54		9	チアダンス	クラブスチアリーダース名取	17：00～18：00	◎	◎	動きやすい服装で。対象者は5歳～12歳です。