

サンライフ袋井

短期講座のお知らせ

令和4年

9▶12月

サンライフ袋井にて、令和4年9月から12月にかけて、下記の短期講座を予定しております。
皆様のご参加をお待ちしております!!

講座名	日	時間	定員 (先着順)	受講料 (材料費含む)	内容
はじめての パン作り (全4回)	9月5日(月) 10月3日(月) 11月7日(月) 12月5日(月)	9:30~ 12:30	10名	5,000円	国産小麦粉を使ったパン作りに挑戦する。 (講師:岡村貴代美さん) 持ち物:エプロン、三角巾、ふきん、スリッパ 持ち帰り用容器
ダンスエアロ &ストレッチ (全6回)	9月5日(月) 9月12日(月) 9月19日(月) 10月3日(月) 10月10日(月) 10月17日(月)	13:30~ 14:30	16名	2,500円	筋肉をほぐし、きれいな姿勢づくりを目指す。 (講師:竹本真由美さん) 持ち物:室内用シューズ、タオル、飲み物、ヨガマット
金山寺みそづくり (全1回)	9月9日(金)	13:30~ 15:30	10名	1,200円	野菜をたっぷり使った塩分控えめの金山寺味噌を作る。 (講師:埋田信子さん) 持ち物:エプロン、三角巾、ふきん、スリッパ

短期講座

はじめてのパン作り



日時: 9/5、10/3、11/7、12/5(月) 全4回
定員: 10名 9:30~12:30
受講料: 5,000円
申込期間: 8/14(日)~(先着順)
申込方法: サンライフ袋井窓口・電話
問合せ先: サンライフ袋井 ☎43-5051
※定員にvari次第、受付締切りとなります。
(写真はイメージです。)



はじめてのパン作り

※図・写真はイメージです。

短期講座

ダンスエアロ&ストレッチ



日時: 9/5、12、19、10/3、10、17(月) 全6回
定員: 16名 13:30~14:30
受講料: 2,500円
申込期間: 8/14(日)~(先着順)
申込方法: サンライフ袋井窓口・電話
問合せ先: サンライフ袋井 ☎43-5051
※定員にvari次第、受付締切りとなります。
(写真はイメージです。)

ダンスエアロ&ストレッチ

※図・写真はイメージです。

短期講座

金山寺みそづくり



日時: 9/9(金) 全1回
定員: 10名 13:30~15:30
受講料: 1,200円
申込期間: 8/14(日)~(先着順)
申込方法: サンライフ袋井窓口・電話
問合せ先: サンライフ袋井 ☎43-5051
※定員にvari次第、受付締切りとなります。
(写真はイメージです。)

金山寺みそづくり

※図・写真はイメージです。

◆◇ 申し込みについて ◇◆

- 申込開始日:令和 4 年8月 14 日(日)から、受付時間:午前 9 時~午後 8 時 30 分
 - サンライフ袋井の受付まで直接、もしくはお電話にてお申し込みください。
 - いずれの講座も先着順となります。定員に達し次第募集終了となります。
 - 申し込み人数が少ない場合、教室が開講しないことがあります。
-

◆◇ サンライフ袋井 連絡先 ◇◆

電話 : 0538-43-5051 (毎月第 4 月曜日休館)
ホームページ : <http://www.sunlife-fukuroi.jp/>