

サンライフ袋井にて、令和5年12月に、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
小原流で生ける 新春の花 (全1回)	12月24日 (日曜日)	10:30~ 12:00	10名	3,000円	松と華やかな新春の花を生ける。 (講師:山田景子さん) 持ち物: 筆記用具
松月堂古流で 生けるお正月の花 (全1回)	12月27日 (水曜日)	18:00~ 21:00	10名	3,000円	楽しく簡単にお正月の花を生ける。 (講師:飯田せつ子さん) 持ち物: 筆記用具
季節のパン作り (全1回)	12月 3日 (日曜日)	13:30~ 16:30	10名	2,000円	クリスマスの定番シュトーレンを作る。 (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
クリスマスケーキ (全1回)	12月10日 (日曜日)	13:00~ 16:30	10名	3,000円 サービス価格	イチゴの生デコレーションケーキを作る。 (講師:江川唯姫子さん) 持ち物: エプロン、三角巾、ふきん スリッパ
ストレッチポール 美Body トレーニング (全10回)	12月 1日、 8日 12月15日、22日 令和6年 1月26日 2月 2日、 9日 2月16日 3月22日、29日 (すべて金曜日)	20:00~ 21:00	10名	5,000円	インナーマッスルを鍛えて姿勢の改善を目指す。 (講師:HIROさん) 持ち物: ヨガマット、飲み物、タオル ストレッチポール(貸出あり)

◆◇ 申し込みについて ◇◆

- 申込開始日: 令和5年11月 14 日(火)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 ◇◆

住所 : 袋井市上田町 267-5
電話 : 0538-43-5051 (毎月第 4 月曜日休館)
ホームページ : <https://sunlife-fukuroi.jp>

**11月14日(火)から、
申込開始です。**