

講座名 サブタイトルも含めて可能なら14文字までに（2行以内で）	講習費	材料費 材料費がある場合、（別途材料費あり）と説明文	持ち物	定員	締切り
理学療法士の太極拳レッスン	初回1,000円 1,500円	なし	飲み物・動きやすい服装（素足もしくは滑りにくい靴下や室内靴を着用）・汗拭きタオル	1~5名	開催1週間前
天然酵母パンを焼きましょう	1500円	800円	エプロン、三角巾、布巾、パンのお持ち帰り用の紙袋	各部6名	開催日1週間前
トランポウオーク	1回 1500円 3回（先行予約）4000円	トランポリンレンタル料400円	室内用運動靴、運動のできる服装、タオル、飲み物	6名	開催前週末曜日（締切後でも定員まで受講可）
断捨離 公式テキストを学ぶ④(5回講座)	2000円	公式テキスト 1冊500円	筆記用具 公式テキスト	6名（1人でも開催）	開催4日前
夜のゆるっとストレッチ	月1500円		飲み物・動ける服装。ヨガマット（大きめバスタオル）		
骨盤美人体操de歪みスッキリ!	センター：1800円 オンライン：1500円		飲み物・動ける服装。ヨガマット（大きめバスタオル）	センター10名 （託児室の場合は3名） オンライン10名	開催日4日前（締切後でも定員まで受講可）
ヨガ ベーシック	1500円	なし	ヨガマット（なければバスタオル）・動きやすい服装・タオル・水分補給できるもの	5名	開催日4日前
目覚めの朝 ヨガ	月3000円 単発(1回)500円		ヨガマット(あれば)・動きやすい服装	6名	開催日前の週(月の途中からでも可能)
石けんクラフト	1000円	1,000円	エプロン、眼鏡(あれば)、マスク	6名	開催日の1週間前
パンフラワー	1600円	12月のみ¥1500	木工用ボンド	6名(2名以上で開催)	開催1週間前
おねんど	月に1回1300円 月に2回2550円 月に4回5000円	専用粘土(1100円程実費)を講師が準備します。材料は混載便もしくは郵送(実費)で送ります。	木工用ボンド クリアファイル はさみ(なるべく小さな)	1対1	希望日の前月、月初め
子どものクッキング	講習費¥1000	材料費¥1200	エプロン、手拭きタオル、布きん、室内履き、飲み物		
自宅で英会話トレーニング	お試し(1回のみ)30分2,200円 10回セット 30分=22,000円 60分=33,000円 (お得な回数券)			【1対1】	
おうちで☆整うリンパケア	初回体験2000円/45分 10回セット回数券にて20,000円				開催日4日前
メディカルアロマ	1500円	2000	なし	10名	開催日の1週間前
石けんナチュラルクリーニング 食器洗い編	1500			1回3人まで	講座日の4日前