

2021.4EVENT & CULTURE

E : イベントのプログラムです。

C : カルチャーのプログラムです。

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

◆ご予約について◆

- 3/23(火) 9:00 よりWEB先行予約開始
- 3/25 (木)9:00 よりお電話、フロントでの予約開始

※当日参加をする場合にも必ずフロント・お電話にてご予約をお願いいたします。

直接参加をしてしまうと、事前準備ができない場合がございます。

5

陶芸教室 (兜作り)

10:00~12:00

要予約 定員: 5名 カルチャーエリア
講師: 水野 正子
1作品1,500円 (税込)

書道教室

16:00~18:00

要予約 定員: 15名 カルチャーエリア
講師: 勅使川原 里雪
お手本代/1回100円 (税込) 持ち物: 書道セット

6

休館日

7

お香調合教室

10:00~12:00

要予約 定員: 15名 カルチャーエリア
講師: 関根 真理 材料費/1,500円 (税込)

絵画教室

(水彩画・色鉛筆・パステル)

13:00~15:00

要予約 定員: 16名 カルチャーエリア
参加費: 1,000円(税込) 道具貸出あり
講師: 井上 太郎

8

POLA美容教室

~セルフマッサージレッスン~

13:30~15:00

要予約 定員: 12名 参加費: 無料
カルチャーエリア 講師: POLA

9

日本画の巨匠に学ぶ 日本画教室

10:00~14:00

要予約 定員: 16名 カルチャーエリア
参加費 1,500円 (税込) 講師: 井上太郎

韓国語教室

19:00~20:00

要予約 定員: 12名 カルチャーエリア
講師: 斉藤 實

10

クラフトテープ教室 (全3回)

14:00~16:00

要予約 定員: 15名 カルチャーエリア
講師: 高間 房子
1作品1,000円 (税込)

ゴルフレッスン会

18:00~20:00

良田 陽子プロ
要予約 お一人30分 2,200円 (税込)

11

サンデーモーニングラン

9:15~10:15

予約不要 フロント集合 酒井トレーナー

顔ヨガ

16:00~17:00

要予約 定員: 16名 カルチャーエリア
講師: Yucco
持ち物: 顔が映る鏡、スマホ

12

英会話教室 (入門~初級編)

10:30~12:00

講師: 前山 元子
要予約 定員: 12名 カルチャーエリア

髪切工房Presents 大人の美活講座

17:00~18:30

「美容師が教える絶対あなたに似合う
パーソナルアレンジスタイル」
要予約 定員: 6名 カルチャーエリア
参加費: 無料 講師: 飯坂先生

13

休館日

14

ノルディックウォーキング

in 上毛野はにわの里公園

10:00~13:00

要予約 定員: 8名 フロント前集合
参加費: 無料 酒井・浜田

高桑空手塾

16:00~16:30

要予約 定員: 10名 高桑トレーナー
2階サブスタジオ

15

英会話教室 (中級~上級編)

13:00~14:30

要予約 定員: 12名 カルチャーエリア
講師: マーカス

ゴルフレッスン会

18:00~20:00

良田 陽子プロ
要予約 お一人30分 2,200円 (税込)

16

プロテイン試飲会

11:00~13:00

17:00~19:00

無料 予約不要 フロント横
普段不足しがちな「タンパク質」を
補助的に摂取することで体質改善に
繋がります!
この機会にお試し下さい!

17

クラフトテープ教室 (全3回)

10:00~12:00

要予約 定員: 15名 カルチャーエリア
1作品1,000円 (税込)

眼ヨガ

14:00~15:00

要予約 定員: 16名 カルチャーエリア
講師: Yucco

18

サイクリングサークル

9:00 正面入口集合

要予約 酒井トレーナー 2~3時間程度
※詳細は掲示板にて告知いたします!

卓球サークル (経験者向け)

15:00~17:00

要予約 樋口トレーナー 定員6名
※詳細は掲示板にて告知いたします!

19

絵画教室

(水彩・パステル・色鉛筆画)

10:00~12:00

要予約 定員: 16名 カルチャーエリア
参加費: 1,000円(税込) 道具貸出あり

書道教室

16:00~18:00

要予約 定員: 15名 カルチャーエリア
お手本代/1回100円 (税込) 持ち物: 書道セット

20

休館日

21

POLA美容教室

~セルフマッサージレッスン~

10:30~12:00

要予約 定員: 12名 参加費: 無料
カルチャーエリア 講師: POLA

簡単 写真講座

13:00~14:30

要予約 定員: 12名 カルチャーエリア
講師: 須藤 崇 材料費なし

22

ヤクルト健康教室お土産付き

「今日から始める認知症予防」

10:00~11:00

要予約無料 定員: 16名 カルチャーエリア
講師: ヤクルト管野義士

ゴルフレッスン会

18:00~20:00

良田 陽子プロ
要予約 お一人30分 2,200円 (税込)

23

簡単! ダンベルエクササイズ

15:30~15:50

要予約 定員: 8名 酒井トレーナー
2階サブスタジオ

韓国語教室

19:00~20:00

要予約 定員: 12名 カルチャーエリア
講師: 斉藤 實

24

クラフトテープ教室 (全3回)

14:00~16:00

要予約 定員: 15名 カルチャーエリア
1作品1,000円 (税込)

ゴルフレッスン会

18:00~20:00

良田 陽子プロ
要予約 お一人30分 2,200円 (税込)

25

サンデーモーニングラン

9:15~10:15

予約不要 フロント集合 酒井トレーナー

シネマ交流会

「アヒルと鴨のコインロッカー」

14:00~ 約2時間

17:00~ 約2時間

要予約 各定員: 10名 シアタールーム

26

英会話教室 (入門~初級編)

10:30~12:00

講師: 前山 元子
要予約 定員: 12名 カルチャーエリア

トールペイント1日体験教室

13:00~15:00

要予約 定員: 5名 カルチャーエリア
講師: M.Oアート
題材: ペットボトルケース
参加・材料費: 1,500円 (税込)

27

休館日

28

フラワーアレンジメント教室

10:30~12:00

要予約 定員: 6名 カルチャーエリア
講師: 中野 睦美
1作品1,500円 (税込)

スタッフによるサポートプログラム

スマホ相談室

13:30~14:30

要予約 お一人15分 カルチャーエリア

29

アロマテラピー体験

13:00~14:30

要予約 定員: 15名 カルチャーエリア
講師: 赤江 実枝子
参加費: 1,200円 (税込)
(材料、教材代込み)
精油の芳香や植物に由来する芳香を用いて、病
気の予防、心身の健康やリラクゼーション、スト
レスの解消などの効果が期待できます。

30

ゲームDAY

「太鼓の達人で遊ぼう!」

13:00~15:00

予約不要 定員: 10名 シアタールーム

ボールペン習字

15:30 ~ 17:30

要予約 定員: 15名 カルチャーエリア
参加費: 500円 初回教材費: 1,000円
講師: 勅使川原里雪

キャンセル・時間厳守 についてのお願い

●ご都合が悪くなった場合は早め
にご連絡いただけますようお願い
いたします。また、開始時間を過
ぎてからの入室は原則できません
のでご了承下さい。

※プログラムによっては途中入退室
ができるものもございます。

カルチャー

フィットネス・スポーツ

セミナー・講習会

催し物

文化・コミュニティ

～4月の注目カルチャー＆イベント！！～

POLA美容教室 ～セルフマッサージレッスン～

POLA THE BEAUTY高関店のエステティシャンの方々が丁寧に教えてくれるレッスンです！
<詳細>

日程:4/8(木) 13:30～15:00 / 4月21日(水) 10:30～12:00

定員:12名 会場:カルチャーエリア 参加費:無料(要予約)
講師:POLA 持ち物:なし(鏡などもこちらで用意いたします)
備考・注意点:当日はスッピンでお越しいただくことが望ましいです。
メイクをされている場合は一度落としてからレッスンを行います。
マッサージ後のメイクの用意はありませんのでご自身で道具等ご用意ください。

トールペイント1日体験教室

複雑な構図や独特のタッチも初心者から簡単に楽しめます！
今回は「ペットボトルケース」に絵を描き上げていきます！
必要なものは全て用意します！
他の題材をご希望の方は事前にご相談下さい！
<詳細>

日程:4/26(月) 13:00～15:00

定員:5名 会場:カルチャーエリア 参加費:1,500円(要予約) 講師:M.Oアート

日本画教室

～日本画画材による作品模写～

岩絵具・顔彩という日本画用の絵具を用いて
著名作家の模写を行います。
完成するまで少し時間はかかりますが講師がお手伝いします
ので、どなたでも仕上げてお持ち帰りいただけます！
時間の長い教室となりますが、途中絵具を乾かす時間等に
入退室も可能です！
道具は貸出しますので是非お気軽にご参加ください！
<詳細>

日程:4/9(金) 10:00～14:00 (途中入退室可)
定員:16名 会場:カルチャーエリア
参加費:1,500円(要予約) 講師:井上太郎

髪切工房Presents 大人の美活講座

～限定6名！美容師が教える絶対
にあなたに似合うパーソナル
アレンジスタイル！～

「サロントリートメントの
必要性について」

4/12(月)17:00～18:30
定員6名(要予約) カルチャーエリア
参加費:無料 講師:飯塚先生

プロテイン試飲会

日程:4/16(金) 11:00～13:00 / 17:00～19:00
会場:フロント横(物販ブース前)



グランクラブのスポーツイベント!!

★「腹筋・背筋・スクワット」

日程 4/2(金) 15:30～15:50
2階サブスタジオ
定員 10名(要予約)
担当 酒井トレーナー

★「簡単！ダンベルエクササイズ」

日程 4/23(金) 15:30-15:50
2階サブスタジオ
定員 8名(要予約)
担当 酒井トレーナー

★「大人気！ゴルフレッスン会」

日程 ・4/4(日) 16:00～18:00
・4/10(土) 18:00～20:00
・4/15(木) 18:00～20:00
・4/22(木) 18:00～20:00
・4/24(土) 18:00～20:00
担当 良田陽子プロ
会場 ゴルフレンジ4
お一人様30分(要予約)
料金 2,200円(税込)

<内容>

女子プロによるマンツーマンレッスン
レベルアップしたい方、初心者の方も大歓迎！

★「卓球サークル」

<初心者向け>

日程 4/4(日) 14:00～16:00
定員 6名(要予約)
担当 樋口トレーナー
会場 卓球エリア

<経験者向け>

日程 4/18(日) 15:00～17:00
定員 6名(要予約)
担当 樋口トレーナー
会場 卓球エリア

<内容>

初心者・卓球エリアをご利用頂いたことのない人大歓迎！
初心者の方にはトレーナーがやさしく丁寧に教えます！
みんなで楽しく卓球しましょう♪

★「高桑空手塾」

日程 4/14(水) 16:00～16:30
定員 10名(要予約)
担当 高桑トレーナー
会場 2階サブスタジオ

<内容>

空手道二段の高桑が空手の基礎からお教えします！
初心者向けの内容なので気軽にご参加ください！

★「サイクリングサークル」

日程 4/18(日) 9:00正面入口集合
定員 10名(要予約)
担当 酒井、浜田
詳細は掲示板、公式LINEにて発信いたします！

想いをカタチに「陶芸教室」

～今月は兎作り！～

4月5日(月) 10:00～12:00
要予約 定員5名 カルチャーエリア
1作品:1,500円 講師:水野正子

水彩・色鉛筆・パステルから選べる 絵画教室

4月7日(水) 13:00～15:00
4月19日(月) 10:00～12:00
要予約 定員16名 カルチャーエリア
参加費:1,000円 講師:井上太郎

4/14(水) ノルディックウォーキングin上毛野はにわの里公園
10:00～13:00 定員8名(要予約) 詳細は掲示板、公式LINEで発信いたします！



グランクラブ高崎
GRAN CLUB

TEL.027-353-5678

営業
時間

【平日】9:00～23:00
【土曜】9:00～21:00
【日祝】9:00～20:00