

2021.6 EVENT & 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
<p>カルチャー</p> <p>フィットネス・スポーツ</p> <p>セミナー・講習会</p> <p>催し物</p> <p>文化・コミュニティ</p>	1 休館日	2 C 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) 今日は「緑香(ねりこう)」を作ります!	3 C 英会話教室(入門~初級編) 13:00~14:30 要予約 定員:12名 カルチャーエリア 講師:前山 元子	4 C ファブリックペイント教室 10:00~12:00 要予約 定員:10名 カルチャーエリア 材料費/500円(税込) 講師:小林 真理子	5 E 顔ヨガ 15:00~16:00 要予約 定員:16名 参加費:無料 カルチャーエリア 講師:Yuco 持ち物:顔が映る鏡、スマホ	6 E サンデーモーニングラン 9:00~10:00 酒井トレーナー 予約不要 フロント集合
7 C 陶芸教室 (花器とサンマ皿作り) 10:00~12:00 要予約 定員:10名 カルチャーエリア 講師:水野 正子 1作品1,500円(税込)	8 休館日	9 C 絵画教室 (水彩画・色鉛筆・パステル) 10:00~12:00 要予約 定員:16名 カルチャーエリア 講師:井上 太郎 参加費:1,000円(税込) 道具貸出あり	10 E アロマテラピー体験 10:30~12:00 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(材料、教材代込み)	11 E POLA美容教室 ~夏の肌老化対策~ 13:30~15:00 要予約 定員:7名 参加費:無料 カルチャーエリア 講師:POLAスタッフ	12 C クラフトテープ教室 13:00~15:00 15:00~17:00 要予約 定員:各15名 カルチャーエリア 講師:高間 房子 1作品1,000円(税込)	13 E 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) 途中入退室可 講師:井上 太郎 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。初心者の方でも簡単に楽しくご参加いただけます!
14 C 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	15 休館日	16 E スタッフによるサポートプログラム スマホ相談室 10:30~11:30 要予約 お一人15分 カルチャーエリア 担当:浜田元気	17 C 英会話教室(入門~初級編) 13:00~14:30 要予約 定員:12名 カルチャーエリア 講師:前山 元子	18 E プロテイン試飲会 11:00~13:00 16:00~18:00 無料 予約不要 フロント横	19 C クラフトテープ教室 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) 講師:高間 房子	20 E サンデーモーニングラン 9:00~10:00 酒井トレーナー 予約不要 フロント集合
髪切工房Presents 大人の美活講座 17:00~17:40/17:50~18:30 「頭皮のにおいが気になる方に、 べたつき毛穴の詰まりもスッキリ!! 美容師によるドライヘッドスパマッサージ講座」 要予約 定員:各4名 カルチャーエリア 参加費:無料 講師:飯塚生		21 C 茶道教室 14:00~16:00 要予約 定員:6名 4階和室 講師:近藤 日出夫 参加費/1,500円(道具代、お茶菓子代込)	22 E アロマテラピー体験 16:30~18:00 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(材料、教材代込み)	23 E 二の腕引き締め エクササイズ 15:30~15:50 要予約 定員:8名 2階サブスタジオ 担当:酒井トレーナー	24 E 眼ヨガ 14:00~15:00 要予約 定員:16名 参加費:無料 カルチャールーム 講師:Yuco	25 E シネマ交流会 「グレイテスト・ショーマン」 14:00~約2時間 17:00~約2時間 要予約 各定員:10名 3階シアタールーム
NEW 21 E ヤクルト美容教室~お土産付き~ 「正しいスキンケアで健康なお肌に」 10:00~11:00 要予約 定員:16名 カルチャーエリア 参加費:無料 講師:ヤクルト美容員	22 休館日	23 C フラワーアレンジメント教室 10:00~12:00 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)	24 E ヤクルト健康教室~お土産付き~ 「正しく乗り切る熱中症予防」 10:00~11:00 要予約 定員:16名 カルチャーエリア 参加費:無料 講師:ヤクルト管理栄養士	25 NEW E ヤクルト美容教室~お土産付き~ 「正しいスキンケアで健康なお肌に」 10:00~11:00 要予約 定員:16名 カルチャーエリア 参加費:無料 講師:ヤクルト美容員	26 C クラフトテープ教室 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) 講師:高間 房子	27 E サイクリングサークル 9:00 正面入口集合 要予約 担当:酒井、浜田 2~3時間程度 ※詳細は掲示板にて告知いたします!
28 C 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) 講師:勅使川原 里雪 持ち物:書道道具一式	29 休館日	28 C 茶道教室 14:00~16:00 要予約 定員:6名 4階和室 講師:近藤 日出夫 参加費/1,500円(道具代、お茶菓子代込)	29 E 牛崎筋トレサークル 16:30~17:30 要予約 定員:8名 2階サブスタジオ 担当:牛崎トレーナー	25 NEW E ボールペン習字 15:30~17:30 要予約 定員:15名 参加費:500円 初回参加費:1,000円 講師:勅使川原 里雪	26 C クラフトテープ教室 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) 講師:高間 房子	27 E 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 担当:浜田元気
28 C 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	29 休館日	30 C ポーセラーツ教室 10:00~12:00 要予約 定員:15名 カルチャーエリア 材料費:1,000円(税込) 講師:歌代 順子	30 E 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	25 NEW E 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 貴	26 C クラフトテープ教室 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) 講師:高間 房子	27 E 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 担当:浜田元気
28 C 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	29 休館日	30 C ポーセラーツ教室 10:00~12:00 要予約 定員:15名 カルチャーエリア 材料費:1,000円(税込) 講師:歌代 順子	30 E 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	25 NEW E 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 貴	26 C クラフトテープ教室 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) 講師:高間 房子	27 E 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 担当:浜田元気
28 C 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	29 休館日	30 C ポーセラーツ教室 10:00~12:00 要予約 定員:15名 カルチャーエリア 材料費:1,000円(税込) 講師:歌代 順子	30 E 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	25 NEW E 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 貴	26 C クラフトテープ教室 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) 講師:高間 房子	27 E 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 担当:浜田元気
28 C 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	29 休館日	30 C ポーセラーツ教室 10:00~12:00 要予約 定員:15名 カルチャーエリア 材料費:1,000円(税込) 講師:歌代 順子	30 E 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	25 NEW E 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 貴	26 C クラフトテープ教室 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) 講師:高間 房子	27 E 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 担当:浜田元気
28 C 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	29 休館日	30 C ポーセラーツ教室 10:00~12:00 要予約 定員:15名 カルチャーエリア 材料費:1,000円(税込) 講師:歌代 順子	30 E 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	25 NEW E 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 貴	26 C クラフトテープ教室 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) 講師:高間 房子	27 E 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 担当:浜田元気

◆ご予約について◆

● 5/23(日) 9:00 よりWEB予約を開始いたします!

※WEBでのご予約ができない方はフロント・お電話にてご予約をお願いいたします。
また、新規会員様を除きフロント・お電話でのご予約対応は5/31(月)までとなっております。

6月以降はスマホやPC、貸出用タブレットからご予約をお願いいたします。

無断キャンセルの無いようご協力お願いいたします。

～6月の注目カルチャー&イベント！！～

★女性会員様限定！ヤクルト美容教室★ 「正しいスキンケアで健康なお肌に」

群馬ヤクルト美容部員による、ヤクルト最高峰の化粧品「パラビオシリーズ」を使って正しいスキンケア方法を学んでいただきます♪

<詳細>

6月21日(月) 10:00～11:00 / 6月25日(金) 10:00～11:00

定員:各日16名 会場:カルチャーエリア 参加費:無料

参加者全員に当日使用するトライアルセットをプレゼント!

※21日・25日のどちらか1回のみ参加とさせていただきます



茶道教室

抹茶を出されたら、「きれいに、味わって喫茶」したいものです。又、作法が身に付くときれいに光るものです。日本文化と古美術に触れ合い、美味しいお茶を体験出来る茶道をお楽しみ下さい。服装は普段着でも運動する服装でも大丈夫です。お気軽にご参加ください!

6/2(水)、16(水)、23(水)14:00～16:00

定員:各日6名(要予約) 会場:4階和室

参加費:1,500円(道具代、お茶菓子代込み)

講師:近藤 日出夫 持ち物:替えの靴下



書道教室&ボールペン習字

初心者の方も、経験者の方も、久しぶりにやってみようかなという方も大歓迎!先生が親切丁寧にサポートいたします!近年はパソコンやスマホの普及により、字を書く機会が減ってきています。字を書き、自分と向き合う時間を作ってみませんか?

<書道教室>

6/7(月)、21(月)16:00～18:00

持ち物:書道道具一式、お手本代1回100円

<ボールペン習字>

6/25(金)15:30-17:30

持ち物:お手持ちの筆ペン、初回セット、参加費:500円
初参加の方は初回セット費用1,500円をご用意ください
※初回セット内訳:ソフト下敷き、ボールペンシル(赤・黒)、6B鉛筆、お手本代、講師料

定員:各日15名(要予約) 講師:勅使川原 里雪

1day ワークショップ アロマテラピー体験

6/10(木)10:30～12:00

6/17(木)16:30～18:00

定員:15名(要予約) カルチャーエリア

参加費:1,200円(材料、教材代込み)

講師:赤江 実枝子

陶芸教室

～今月は花器とサンマ皿作り～

想いをカタチに!
オンリーワンの作品を作ってみませんか?

6/7(月) 10:00～12:00

定員10名(要予約) カルチャーエリア

1作品:1,500円 講師:水野 正子



グランクラブのスポーツイベント!!

★「ダンベルエクササイズ」

日程 6/4(金) 15:30～15:50

定員 8名(要予約)

担当 酒井トレーナー

会場 2階サブスタジオ

★「二の腕引き締めエクササイズ」

日程 6/18(金) 15:30～15:50

定員 8名(要予約)

担当 酒井トレーナー

会場 2階サブスタジオ

★「牛崎筋トレサークル」

～正しいフォームで筋肉を鍛えよう～

日程 6/11(金) 17:00～18:00 ハイクリーン&ハイスナッチ

6/24(木) 18:00～19:00 スクワット&デッドリフト

定員 8名(要予約)

担当 牛崎トレーナー

会場 2階サブスタジオ

<内容>

日本体育大学でウエイトリフティング競技をしていた牛崎トレーナーが正しい筋力トレーニングについて

親切丁寧にお教えいたします!

初心者、経験者大歓迎!

★「大人気!ゴルフレッスン会」

日程 6/ 3(木) 16:00～18:00

6/10(木) 16:00～18:00

6/12(土) 16:00～18:00

6/26(土) 16:00～18:00

6/30(水) 16:00～18:00

講師 良田 陽子プロ

(日本女子プロゴルフ協会、小幡郷所属)

会場 ゴルフレンジ5

お一人様30分(要予約)

料金 2,200円(税込)

※フロントにてお支払いとなります

<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!一人ひとりの

レベルに合わせて丁寧に

指導いたします。



★「サイクリングサークル」

日程 6/27(日) 9:00正面入口集合

定員 10名(要予約)

担当 酒井・浜田

会場 利根川自転車道コース～前橋方面(予定)

(途中で軽食休憩します♪)

<内容>

利根川の景色を味わいながらゆっくり走りましょう!

ロードバイク、クロスバイクでご参加ください!

詳細は掲示板、公式LINEでお知らせいたします

※高桑空手塾はメインスタジオ(毎週日曜12:30～13:00)

にて実施いたします!

◆営業時間について◆

まん延防止等重点措置の要請を受け

6月13日(日)まで全営業日7:00～20:00

とさせていただきます

※状況に応じて変更が生じる場合がございますので予めご了承ください

プロテイン試飲会

日程:6/18(金) 11:00～13:00

16:00～18:00

会場:フロント横(物販ブース前)



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