

2025.3 EVENT & CULTURE

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◆

**2/25 (火) 午前9時より
アプリ予約を開始いたします！**

※アプリでの予約ができない方は
フロント・お電話にてお問合せください。
スマホ、貸出しているタブレットからの予約を
お願いいたします。

※土日祝日や休館日問わず、前月25日に翌月の末日までを公開いたします。

カルチャーイベント

スペシャル

催し物/コミュニティ

1

ジュエリーバック@レッスン
10:00~13:00
要予約 定員:6名 カルチャールーム
参加費/3,500円 講師:金井 恵美子

2

卓球交流会
14:00~16:00
予約不要(フリータイム) 4階卓球ルーム
卓球を通じて初心者・経験者関係なく交流を楽しむ時間です!
お気軽にご参加ください。

3

陶芸教室 「色付け」
10:00~12:00
要予約 定員:10名 カルチャールーム
講師:水野 正子 1作品2,000円

書道教室
16:00~18:00
要予約 定員:15名 カルチャールーム
講師:勅使川原 里雪 お手本代/1回100円
※書道道具一式は各自ご持参ください

4

休館日

お香調合教室 10:00~12:00
要予約 定員:15名 カルチャールーム 講師:関根 真理
材料費/2,000円
今月の内容:「花貝合わせ、開香」
社交ダンス~楽しい基礎レッスン~
12:00~12:50
要予約 定員:女性15名男性10名 5階サブスタジオ
参加費/無料 講師:岸部 留美
日本文化と茶道 14:00~16:00
要予約 定員:5名 4階和室 講師:近藤 日出夫
参加費/1,500円 持ち物:替えの靴下
今月の内容:「菓子器縁高の扱い」
フランス語教室(初級クラス)
15:30~16:30
要予約 定員:12名 カルチャールーム
講師:須藤 朋子

6

英会話教室(入門~初級編)
13:00~14:30
要予約 定員:14名 カルチャールーム
講師:川端 利江子

7

江戸時代の本物の浮世絵を見る
本物だけが持つ質感を自分の手で触って確かめてみよう。
13:00~14:00
要予約 定員:15名 カルチャールーム
参加費/無料 講師:林田 知子

これからはじめるフランス語 入門クラス
14:30~15:30
要予約 定員:12名 カルチャールーム
講師:須藤 朋子

8

グランRUN
9:10~10:10
要予約 定員:10名
参加費/無料 担当:YUKO

クラフトテープ教室
14:00~16:00
要予約 定員:15名 カルチャールーム
1作品1,000円 講師:高間 房子

9

推し活サークル
~藤井風ライブ鑑賞会vol.3~
13:00~14:30
要予約 定員:10名 3階(ゲーム)シアタールーム

『源氏物語』を楽しむ会
14:15~16:15
要予約 定員:16名 カルチャールーム
参加費/500円 講師:河地 修 持ち物:筆記用具

10

英会話教室(入門~初級編)
10:30~12:00
要予約 定員:14名 カルチャールーム
講師:川端 利江子
※3/6の教室と同じ内容になります

家族葬の費用講座
13:00~14:00
要予約 定員:16名 カルチャールーム
参加費/無料 担当:メモリードスタッフ

11

休館日

基礎から始める!書道教室入門
10:00~12:00
要予約 定員:15名 カルチャールーム
講師:勅使川原 里雪 お手本代/1回100円
※書道道具一式は各自ご持参ください
社交ダンス~楽しい基礎レッスン~
12:00~12:50
要予約 定員:女性15名男性10名 5階サブスタジオ
参加費/無料 講師:岸部 留美
フランス語教室(初級クラス)
15:30~16:30
要予約 定員:12名 カルチャールーム 講師:須藤 朋子
※3/5の教室と同じ内容になります

13

ジュエリーバック@レッスン
10:00~13:00
要予約 定員:6名 カルチャールーム
参加費/3,500円 講師:金井 恵美子
ゴルフレッスン会 14:00~17:00
良田 陽子プロ
要予約 お一人 30分 3,300円
ゴルフレッスン個室 ※個室打席料込

韓国語教室
14:00~15:00
要予約 定員:16名 カルチャールーム
講師:阿部 志穂

14

これであなともヒップマスター!
~お尻の筋肉と正しいトレーニング法を知ろう~
10:30~11:00/14:30~15:00
要予約 定員:各6名 5階サブスタジオ
参加費/無料 担当:山崎トレーナー

15

初心者限定!クラフトテープ教室入門
10:00~12:00
要予約 定員:8名 カルチャールーム
1作品1,000円 講師:高間 房子

さろんどぼんどの「アンチエイジング講座」
肩痛いろいろpart2
「五十肩対策、きれいなバンザイ、出来ますか?」
13:30~15:00
要予約 定員:10名 カルチャールーム
参加費/1,000円 講師:池田 英一

16

ジュエリーバック@レッスン
10:00~13:00
要予約 定員:6名 カルチャールーム
参加費/3,500円 講師:金井 恵美子

卓球交流会
14:00~16:00
予約不要(フリータイム) 4階卓球ルーム

17

書道教室
16:00~18:00
要予約 定員:15名 カルチャールーム
講師:勅使川原 里雪 お手本代/1回100円
※書道道具一式は各自ご持参ください

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 3,300円(税込)
ゴルフレッスン個室 ※個室打席料込

18

休館日

クラフトテープ教室 エキスパートクラス
10:00~12:00
要予約 定員:15名 カルチャールーム
1作品1,000円 講師:高間 房子
社交ダンス~楽しい基礎レッスン~
12:00~12:50
要予約 定員:女性15名男性10名 5階サブスタジオ
参加費/無料 講師:岸部 留美
日本文化と茶道 14:00~16:00
要予約 定員:5名 4階和室 講師:近藤 日出夫
参加費/1,500円 持ち物:替えの靴下
フランス語教室(会話クラス)
15:30~16:30
要予約 定員:12名 カルチャールーム 講師:須藤 朋子

20

英会話教室(入門~初級編)
13:00~14:30
要予約 定員:14名 カルチャールーム
講師:川端 利江子

21

家族葬の費用講座
13:00~14:00
要予約 定員:16名 カルチャールーム
参加費/無料 担当:メモリードスタッフ
※3/10の教室と同じ内容になります

22

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 カルチャールーム
1作品1,000円 講師:高間 房子

23

『源氏物語』を楽しむ会
14:15~16:15
要予約 定員:16名 カルチャールーム
参加費/500円 講師:河地 修 持ち物:筆記用具

24

英会話教室(入門~初級編)
10:30~12:00
要予約 定員:14名 カルチャールーム
講師:川端 利江子
※3/20の教室と同じ内容になります

ヤクルト健康教室~お土産付き~ 10:00~11:00
「今日から始める認知症予防」
要予約 定員:16名 カルチャールーム 参加費/無料
講師:群馬ヤクルト販売(株) 管理栄養士
~大人になっても遅くはない~
英会話超入門教室 13:00~14:30
要予約 定員:14名 カルチャールーム
講師:川端 利江子

25

休館日

ポーセラーツ教室 10:00~12:00
要予約 定員:10名 カルチャールーム
参加費/500円 講師:歌代 順子
※材料費1,000円~(作品によって金額が異なります)
日本文化と茶道
10:00~12:00 14:00~16:00
要予約 定員:各5名 4階和室
講師:近藤 日出夫 参加費/1,500円 持ち物:替えの靴下
社交ダンス~楽しい基礎レッスン~
12:00~12:50
要予約 定員:20名 5階サブスタジオ
参加費/無料 担当:岸部 留美

27

初心者歓迎!楽しい韓国語教室
14:00~15:00
要予約 定員:16名 カルチャールーム
講師:阿部 志穂

28

サンクロレラセミナー
11:00~12:00
要予約 定員:16名 カルチャールーム
材料費/無料 講師:サン・クロレラジャパン(株)

これからはじめるフランス語 入門クラス
14:30~15:30
要予約 定員:12名 カルチャールーム
講師:須藤 朋子
※3/7の教室と同じ内容になります

29

ゴルフレッスン会
17:00~19:00
良田 陽子プロ 要予約
お一人 30分 3,300円(税込)
ゴルフレッスン個室 ※個室打席料込

30



～3月の注目 カルチャー教室&イベント!!～

江戸時代の本物の浮世絵を見る

本物だけが持つ質感を自分の手で触って確かめてみよう。

江戸時代、日本は世界に例をみない出版文化が花開きました。

浮世絵や木版刷りの本を写真やガラス越しに見たことはあっても、実際手に取って見たことがある人はほとんどいません。

この講座では実際に手に取って見ていただきます。更に簡単な江戸の時代背景や、骨董品の買い方などもお話しします。

日程：3月7日(金)13:00～14:30

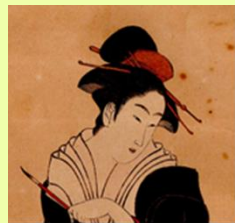
会場：カルチャールーム

定員：15名

参加費：無料

講師：林田 知子

※スペシャル枠でのご予約となります。



グランRUN

久しぶりのRUNイベント!! ZUMBAでおなじみYUKO先生と一緒に参加してくださいませ♪



今回は『約3kmのスロージョギング』となっていますので、初心者の方でも安心して参加できます!

コースは
☆グランクラブ～熊野神社 往復コース☆

みんなで楽しく、気分爽快なRUN活にいきましょう☆
皆さまのご参加お待ちしております(^^) /

日程：3月8日(土) 9:10～10:10

定員：10名

参加費：無料

インストラクター：YUKO

持ち物：走りやすい格好・ランニングシューズ・必要ならRUN用リュックやポシェット(水分入れる用)・サングラス・帽子

グランクラブ中庭集合
軽く準備運動してからスタートします!

これであなたもヒップマスター!

～お尻の筋肉と正しいトレーニング法を知ろう～

お尻にはどんな筋肉があり、どんな役割があるか知っていますか?

インナーからアウトナーまでそれぞれの筋肉を知り、理解した上でトレーニングをする事で理想のヒップラインを手に入れるのも夢じゃない!

お尻の筋肉たちの役割と、トレーニング方法を学びながら一緒にヒップマスターを目指しましょう!

日程：3月14日(金)10:30～11:00
14:30～15:00

会場：5階サブスタジオ

定員：各6名

参加費：無料

担当：山崎トレーナー

※スペシャル枠でのご予約となります。



良田プロによる「ゴルフレッスン会」

～握り方を知りたい初心者から上級者まで大歓迎～

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! 1人ひとりのレベルに合わせて丁寧に指導いたします。

3月13日(木)14:00～17:00

3月17日(月)18:00～20:00

3月29日(土)17:00～19:00



講師：良田 陽子プロ
(日本女子ゴルフ協会、小幡郷所属)

会場：3階ゴルフレンジ個室

定員：各時間1名30分(要予約)

※予約枠は「スペシャル」となります
参加費：3,300円(税込) (個室打席料込み)
※参加費は月会費と一緒に引き落としとなります

さろんどぼんどの「アンチエイジング講座」

肩痛いろいろpart2
「五十肩対策、きれいなバンザイ、出来ますか?」

パソコンやスマホの普及で、巻き肩猫背からの肩痛の方、かなりいらっしゃいます。講座では、外傷のない四十肩五十肩、腕の上がらないで、お悩みの方に、セルフケアの方法をお伝えします。

日程：3月15日(土)13:30～15:00

定員：10名(要予約)

会場：カルチャールーム

参加費：1,000円

持ち物：フェイスタオル、硬式テニスボール、動ける服装
講師：池田 英一(整体サロンさろんどぼんど代表)



推し活サークル vol.3



前回前々回と大好評だった藤井風さんのライブ鑑賞会

今回は2021年日産スタジアムにてコロナ禍での無観客FREEライブの上映会でした!

第三回目となる今回は…
tiny desk concerts JAPAN

最高でオリジナルな音楽体験を藤井風の音楽で楽しむ♪
藤井風とバンドメンバーの音楽を感じている姿と一緒に感じて楽しみましょう!



タイニーデスクコンサート 30分
Fujii Kaze 2024 ASIA TOUR 約40～50分



日程：3月9日(日)13:00～14:30

会場：3階ゲームルーム

定員：10名 予約枠：スペシャル

カルチャーイベント・スペシャル枠について

3月1日より

カルチャーイベント枠 3枠

スペシャル枠 無制限

上記のように枠数を変更させていただき、スタジオプログラム同様、完全予約制とさせていただきます。

それに伴い、以前と枠のくくりが変更となるプログラムがございますので、ご確認ください。
例) 社交ダンス スペシャル→カルチャーイベント

◆平日デイ会員・ナイト会員・ナイト&ホリデー会員の方で

カルチャーイベント枠を受講する場合のみ

別途参加費550円(税込)が発生

スペシャル枠・催し物等の館内イベントは全ての会員様、無料でご参加いただけます。

また下記お教室は開催日を含む3日前よりキャンセル料が発生

- ◎フラワーアレンジメント教室 (参加費全額)
- ◎陶芸教室 (参加費全額)
- ◎茶道教室 (500円)
- ◎陽だまりハーブ講座 (参加費半額)
- ◎ゴルフレッスン会 (当日キャンセルのみ参加費全額)

先生方の事前準備の関係もございますのでご理解の程宜しくお願い申し上げます。

参加費550円(税込)やキャンセル料、各お教室でかかった材料費のお支払いは、すべて月会費にのせて請求させていただきます。(ゴルフレッスン会3,300(税込)も含む)フロントでのお支払いはお受けできませんのでご了承ください。

全てのお支払いに関しまして10日までの教室は当月11日以降の教室は翌月の引き落としとなります。