

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、各講座の定員を変更、開催を延期・中止することがありますので、ご了承ください。

バランスボールエクササイズ

日時：5月19日、6月2日・16日・30日、7月7日(第1・3・5水曜日)
10:00~11:00

場所：あさけプラザ2階 第1小ホール

講師：バランスボールインストラクター 藤井 久美子さん

対象：四日市市または三重郡に在住、もしくは通勤・通学する人

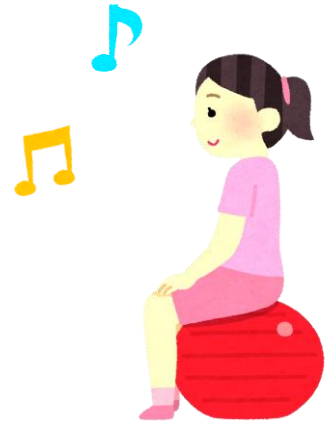
定員：12人(応募多数の場合は抽選)

参加費：1,500円

持ち物：動きやすい服装、ヨガマットもしくはバスタオル、水分補給用飲み物

申込み：5月5日(水)(必着)までに、講座名、住所・名前・年齢・電話番号を、往復はがき、またはEメール(☒asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp)で、あさけプラザへ

※ドメイン指定受信設定等をされている方は、「@city.yokkaichi.mie.jp」からのメールを受信できるように設定をお願いします。



整膚 + α

日時：5月26日(水)、6月8日・22日(いずれも火曜日)、
7月13日・27日(いずれも火曜日) 10:00~11:30

場所：あさけプラザ2階 第1小ホール

講師：整膚師・美容整膚師範 伊藤 美奈さん

対象：四日市市または三重郡に在住、もしくは通勤・通学する人

定員：20人(応募多数の場合は抽選)

参加費：1,500円

持ち物：タオル、水分補給用飲み物、筆記用具

申込み：5月12日(水)(必着)までに、講座名、住所・名前・年齢・電話番号、この講座で知りたいことを、往復はがき、またはEメール(☒asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp)で、あさけプラザへ

※ドメイン指定受信設定等をされている方は、「@city.yokkaichi.mie.jp」からのメールを受信できるように設定をお願いします。



あさけプラザ

洒水草友会

皆様こんにちは、『洒水草友会』を紹介させていただきます。

私たちは趣味で野の花、山の花、着生ラン等 鉢などに植え楽しんでいる会です。

私たちが丹精込めて育てた植物を年2回春と秋に、展示会において皆様に見て頂いています。

会員数は現在男子11名、女子11名の22名でこうせいされています。

会員の技術向上を図るため毎月一回第三日曜日あさけプラザで講習会をひらいています。

貴方も植物を、育てて楽しんでみませんか？

新規会員募集中で何時でも入会できますので宜しくお願いします。

