

手子林公民館のサークル①

サークル名	内 容	曜 日	時 間
サークルさんよりコメント			

あっぱれ手子林	よさこいソーラン	週1回(日)	9:00~10:00
小学生中心の「よさこいソーラン踊り」をイベント等で披露しています。楽しんで踊ること で、上級生が下級生の面倒をみたり、地域の人たちとの交流を図っています。			

SEEDREAM DANCE CLIP (シードリーム ダンス クリップ)	ダ ン ス	毎 週 (月)	17:30~21:00
毎週月曜日、子ども(年中~小学生) = 17:30~18:30、一般(中学生~) = 19:00~20:30 楽しくレッスンしています。見学随時受付中。初心者でも大歓迎!!			

プ ア レ フ ア	フラダンス	毎 週 (金)	19:00~21:00
フラダンスは、足腰の筋力アップをしたり、美しい姿勢を保つため、インナーマッスルを鍛え たりといい事づくめです。みんなでワイワイ踊りながら健康維持に努めています。			

みどり会	自 彊 術	毎 週 (月)	9:30~11:00
毎日、自宅できるように指導します。気軽に参加してください。			

太極拳 楽笑クラブ	太 極 拳	毎 週 (水)	13:15~15:45
太極拳を通じ会員の親睦を図り、伝統文化の研鑽を目的としています。			

ゆっくりクラブ	体 操	毎 週 (金)	10:30~11:30
身体をのばす、ゆっくりした体操で心身ともにリフレッシュ! バランスボールやストレッチ ポール使った楽しい運動も、おしゃべりしながらリラックスできる時間です!			

リ ・ ボ ー ン	ストレッチ体操	隔 週 (水)	19:00~20:30
体と頭を使って楽しくストレッチ!!			

グレースダンス	社交ダンス	毎 週 (木)	13:30~16:00
		第2・4(土)	13:00~16:00

Peach Up (ピーチアップ)	ヨガ・ピラティス	第1・3(金)	19:00~20:30
ストレッチと筋力トレーニングを組み合わせ、柔軟性と筋力を取り戻し、心をリフレッシュし ます。みんなで心身のバランスを整えましょう! 興味がある方、一度試しにきてください!			



手子林公民館のサークル②

サークル名	内 容	曜 日	時 間
サークルさんよりコメント			

将棋クラブ	将 棋	毎 週（月）	13:00～16:30
将棋の経験は問いません。みんなで楽しく将棋を指しませんか？ 会費は無料です。			

雪笹会	茶 道	第 3（土）	13:30～16:00
日本の伝統文化である茶道を通しておもてなしの心を学んでいます。			

書道サークル 墨方	書 道	第1・3(土)	13:30～15:30
-----------	-----	---------	-------------

栄 会	俳 句	第 2（金）	13:00～15:30
栄会は俳句を楽しむ会です。俳句はそれぞれの個性が出て面白いです。また、皆に認めてもらえた時のうれしさは格別です。ぜひ私たちと一緒に俳句を楽しんでみませんか？			

ラウアエ	ハワイアンキルト	第 4（土）	9:30～11:30
月一で集まって好みのハワイアンキルト作品を懇談しながら作ります。			

アンサンブル和奏(ワカ)	洋・和・民族楽器等のアンサンブル	第 1（月）	10:00～12:00
様々な楽器（洋・和・民族）でアンサンブルを楽しむ音楽サークルです。不定期で参加するメンバーもいて、音楽ボランティア活動も行っています。			

ムジカWA-full(ワッフル)	トーンチャイム ミュージックベル	第 2（月）	10:00～12:00
トーンチャイム（2種類）とミュージックベル（4種類）の音楽サークルです。 無理なく楽しくをモットーに、音楽ボランティア活動も行っています。			

羽生市菊花連合会	菊作り研修	不定期(月)	9:00～11:30
----------	-------	--------	------------

