

多目的
スペース

プリンハウス 5月開講 講座のご案内

「やってみたいがきっと見つかる!!」

小さなお子様から大人まで皆様に楽しんで頂ける素敵な講座が盛り沢山!!
皆様のお越しをお待ちしております。

幼児向け講座

1 お子さんとママのプレ保育・親子教室 「Pucci(プッチ)」

「Pucci(プッチ)」は絵本の読み聞かせ・製作・親子体操など盛り沢山の教室です。親子で参加する事でお子さんも安心して集団生活での楽しさを体験頂けます。

- 開催日 毎週火曜日
- 時間 *1歳児 9:00~10:30 *2歳児 10:45~11:45
- 料金 登録料 1,000円(年度更新) 月謝 4,000円(月4回)
- 講師 石川千恵(幼稚園教諭資格・保育士有資格)
- 持ち物 飲み物・工作セット(のり・はさみ・セロテープ
手拭き用タオル・名前ペン・材料を入れるための小さなお弁当箱)
- 予約問合せ先メール pucci.since2013@gmail.com

小中学生向け講座

2 分からない事があっても安心! 現役高校生・大学生のいる自習室

家で勉強しない、集中出来ない、しているが分からない・・・
小6・中学生にびったりです!分からない事がすぐに聞けるから分からないままにならず勉強(自習)が楽しくなるそんなスペースを提供いたします。

- 開催日 毎週月曜日・木曜日
- 時間 18:00~21:00
- 料金 月謝 3,000円 何度来てもOKです
- 講師 常駐:高校生・大学生
- 持ち物 筆記用具
- その他 携帯禁止(入口にて携帯は預かります)
- 予約問合せ先メール puddinghousenet@gmail.com

3 ヨガスクール Adiyoga

伝統を大切にしている Adiyoga
呼吸とつながり、自分自身ともつながる。
楽しく、すこやかに。わたしも、あなたも。Bless you!

- 開催日 毎週水曜日
- 時間 20:00~21:30
- 料金 1,500円/1回(レンタルマット有り 200円)
- 講師 Camatkara yogini Itska(慈香)
- 持ち物 タオル・飲み物・動きやすい服
- メール itsuka416@gmail.com
- 予約問合せ先 090-7719-4301

4 【セルフチャンピ】6時間コース

インドの伝統的なヘッドマッサージを体系づけたセラピーである「チャンピサージ」をご自身に活用していただける内容です。

- 開催日 毎週水曜日
- 時間 13:45~15:15(90分)
- 料金 12,000円(テキスト代・修了書発行等事務費を含む)
- 講師 藤本はるみ
L.C.I.C.I JAPAN 認定講師、チャンピサージセラピスト
- 持ち物 筆記用具・ハンドタオル
- メール sunnysmile@river.ocn.ne.jp
- 予約問合せ先 080-2241-8836

多目的スペース プリンハウス

利用者募集

詳しくはwebへ

<http://www.pudding-house.net/>

多目的スペース Pudding-House

千葉県若葉区西都賀2-5-12 TEL 043-206-8808

営業時間：午前8時~午後22時

ご質問は各講座へ直接お問い合わせして下さい。ご予約はプリンハウス 043-206-8808でも受け付けております。

裏面も
あります

Yoga Connects: 英語でハタヨガ!

5

心身ともにヨガを通じてリフレッシュしませんか? 背筋や呼吸の流れを大切にすると古典ハタヨガを英語で体験しちゃいましょう。

- 開催日 毎週水曜日
- 時間 14:00~15:00
- 料金 1回 1,000円
- 講師 森祐子: インドでハタヨガをPrasad Ranonekar氏に師事して学ぶ。講師養成プログラムを修了、Yoga Alliance RYT 200の登録資格を得る。おもに現地の外国人コミュニティを対象にハタヨガを教える。帰国後、インドヨガの楽しさを多くの方に知ってもらおうとYoga Connectsを立ち上げ、地元幕張ベイタウンを中心に活動中。
- 持ち物 ヨガマット、タオルなど
- その他 <https://www.facebook.com/yogaconnects>
- メール yuko.mori@baytown-gyoseishoshi.com
- 予約問合せ先 050-3696-0248

カラー de サンキャッチャー・ワークショップ

6

お部屋・体・心の波動を高めるサンキャッチャーを色からメッセージを受け取りながら作ってみませんか? ワイヤーに通すだけなので簡単に楽しく作れます!

- 開催日/時間 10日(金)20:00~22:00
18日(土)10:00~12:00 (親子参加可能)
21日(火)13:00~15:00
- 料金 材料費のみ 製作するものによって金額が異なります
ミニタイプ: 2,000円 ストラップ: 1,000円
窓辺用30cm: 3,000円 40cm: 4,000円
バックチャーム・カーアクセサリー: 2,500円
(オプションでお好みのパーツ100円~300円を入られます)
- 講師 松本恵美: カラーdeサンキャッチャー講師、TCカラーセラピスト
- 持ち物 なし
- お問合せフォーム <https://ssl.form-mailer.jp/fms/cb7eb437244295>
- メール happy_sun_catch@yahoo.co.jp
- 予約問合せ先 090-7418-2726

ピラティス&ストレッチ

7

深い呼吸で身体をリラックス。呼吸の中でエクササイズ。インナーマッスルを鍛え、一本(芯)の通った美しい姿勢、身につきます。

- 開催日/時間 7日・21日・28日 19:00~20:00
8日・13日・27日・29日 10:00~11:00
- 料金 1回 2,000円 (1回 2,500円個人レッスンもあり)
- 講師 miho: FTP マットピラティスインストラクター
日本コアコンディショニング協会ベイスックインストラクター
アロマセラピスト
- 持ち物 タオル・飲み物・動きやすい服
- 予約問合せ先メール mihogolf72@i.softbank.jp

カラー de サンキャッチャー&ピラティス&ストレッチ

8

6+7 ピラティス・サンキャッチャーのコラボ企画です。

- 開催日 15日(水)
- 時間 10:00~12:00
- 料金 材料費のみ 製作するものによって金額が異なります
ミニタイプ: 2,000円 ストラップ: 1,000円
窓辺用30cm: 3,000円 40cm: 4,000円
バックチャーム・カーアクセサリー: 2,500円
(オプションでお好みのパーツ100円~300円を入られます)
- 講師 miho 松本恵美
- 持ち物 タオル・飲み物・動きやすい服
- お問合せフォーム <https://ssl.form-mailer.jp/fms/cb7eb437244295>
- メール happy_sun_catch@yahoo.co.jp ■mihogolf72@i.softbank.jp
- 予約問合せ先 090-7418-2726

5 2013
MAY

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 ③	2	3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	6 振替休日	7 ①⑦	8 ③④⑦	9 ②⑤	10 ⑥	11
12 母の日	13 ②⑦	14 ①	15 ③④⑧	16 ②⑤	17	18 ⑥
19	20 ②	21 ①⑥⑦	22 ③④	23 ②⑤	24	25
26	27 ②⑦	28 ①⑦	29 ③④⑦	30 ②⑤	31	