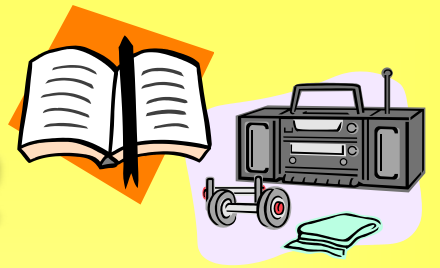




学びの駅
ふぁみりあ

平成28年度版



サークル・自主グループ会員募集

ふぁみりあでは、定期講座を終了した人や同じ目的をもった人のグループが
多数活動しています。

仲間になって楽しく活動してみませんか。

まずは体験・見学を！

体験される方は、材料代が必要なサークルもありますので事前にお申込みください。

- 会場はいずれもふぁみりあ。
- サークル・グループは自主運営ですので、必要経費は会員の負担になります。
- 運動系に参加の際は、運動のできる服装でお越し下さい。

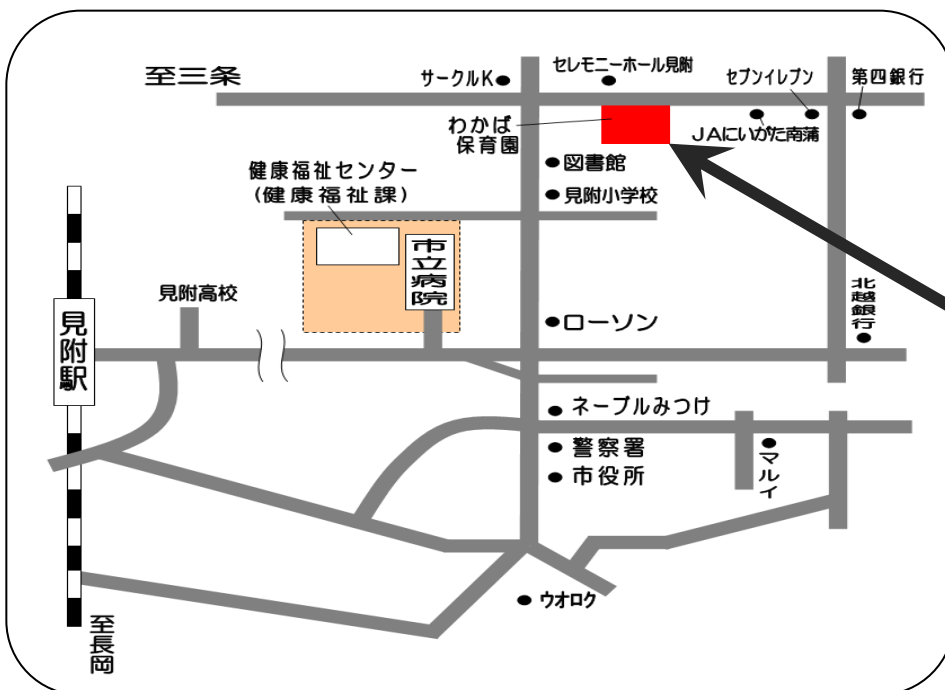


申込み・問合せ ふぁみりあへ (Tel 0258-62-1915)



指定管理者制度導入により、平成17年10月から“ふぁみりあ”を管理運営している
NPO法人「生き生き企画」です。

楽しくためになる、魅力ある自主事業の展開や、利用しやすい施設運営をめざし、
「この街にふぁみりあがあつてよかった」
と皆様から思っただけのよう日々運営に努めております。
皆様のたくさんのご利用お待ちしております。



見附市勤労者家庭支援施設
ふぁみりあ
見附市学校町
1-3-70
Tel.0258-62-1915
指定管理者
NPO法人
生き生き企画

サークル名		活動日	時 間	持ち物・その他
華道・茶道等	草月木曜（華道）	木曜日（月3回）	18:00~21:00	花バサミ、ゴミ袋
	池坊水曜（華道）	水曜日(第1,2,3)	18:00~19:30	花バサミ、ゴミ袋
	池坊金曜（華道）	金曜日(第1,3,4)	12:30~14:30	花バサミ、ゴミ袋
	玉泉会（茶道）	(抹茶)：石州流	土曜日（月4回）	13:00~17:00
(煎茶)：小川流		木曜日（第2,4）	13:00~16:30	茶巾、盆巾
手芸	編物	木曜日(第1,3,4)	19:00~21:00	編物道具（毛糸、編針 等）
	毛糸	水曜日(第1,2,3)	13:00~15:30	編物道具（毛糸、編針 等）
	和裁	月曜日(第2,3,4)	13:30~16:00	和裁道具
	洋裁	金曜日（月4回）	13:00~17:00	裁縫道具、製図用紙
	キルト・Bee（パッチワーク）	月曜日（第1,3）	9:30~11:30	裁縫道具、グラフ用紙
	木目込み	水曜日（第1,3）	19:00~21:00	
	つまみ細工	火曜日（第1,3）	10:00~12:00	お手拭き（濡れタオル）
	山ぼうしの会（絵手紙）	木曜日（第1）	9:00~12:00	絵手紙用具
軽運動	真向法健康体操（午前）	水曜日(第1,2,3)	9:30~11:30	バスタオル、タオル2枚
	真向法健康体操（昼）	火曜日(第1,2,3)	13:50~15:50	//
	真向法健康体操（夜）	火曜日(第1,2,3)	19:30~21:30	//
	養生気功の会	金曜日（毎週）	9:30~11:00	バスタオル(またはヨガマット)
	優々太極拳	火曜日（毎週）	10:00~11:30	運動靴
	りらくす太極拳	月曜日（毎週）	19:30~21:00	//
	らくちん太極拳	木曜日（毎週）	13:30~15:00	//
	ムーヴ（ダンベル）	火曜日（月4回）	20:00~21:00	運動靴、バスタオル、飲み物、ダンベル
	ゆうゆうダンベラース（ダンベル）	水曜日（毎週）	10:00~11:00	運動靴、バスタオル、飲み物、お持ちの方はダンベル
	優々ダンベル（ダンベル）	金曜日（毎週）	10:00~11:00	運動靴、バスタオル、飲み物、お持ちの方はダンベル
	ふぁみりあ ZUMBA サークル（ズンバ）	木曜日（毎週）	19:30~20:30	運動靴、タオル、バスタオル(またはヨガマット)、飲み物
	エアロビサークル水曜日	水曜日（毎週）	20:00~21:00	運動靴、タオル、バスタオル(またはヨガマット)、飲み物

	サークル名	活動日	時 間	持ち物・その他
軽運動	生き生きエアロビクス	土曜日（毎週）	19:30~20:30	運動靴、バスタオル、飲み物
	ボディメイキング（骨盤体操）	水曜日（月4回）	13:30~14:30	ヨガマット、飲み物
	ボディケアサークル	火曜日（毎週）	10:30~11:45	バスタオル（またはヨガマット）、飲み物
		水曜日（第2,4）	19:00~20:30	
	アロマヨガ	土曜日（月3回）	11:00~12:00	ヨガマット
	ヨーガサークル	月曜日（第1,2,3）	10:00~11:30	バスタオル、飲み物
	すとれっちヨガ	金曜日（月4回）	18:15~19:30	バスタオル、ヨガマット、飲み物
	楽ヨガ	火曜日（月4回）	14:00~15:00	バスタオル、ヨガマット、飲み物
	KULKUE 夜ヨガ	火曜日（毎週）	18:40~19:40	ヨガマット、飲み物
	あやめサークル（卓球）	土曜日（毎週）	15:15~18:00	卓球ラケット
卓好会20（卓球）	日曜日（毎週）	13:00~16:00	卓球ラケット	
ダンス・音楽	フラサークル ティアレ（フラダンス）	水曜日（月4回）	18:30~19:30	パウスカート、飲み物
	ヒップホップダンス	日曜日（毎週）	18:00~19:00	運動靴、タオル、飲み物 対象：小学生以下
	峰の会 ルピナス（大正琴）	水曜日（第1,3）	10:00~11:30	
	聡和会（お箏）	金曜日（第1,3）	9:30~12:00	お持ちの方は箏爪
	ウクレレ ふぁみりあ	水曜日（第1,3）	14:00~16:00	
	フルート・アンサンブル・エデン	月曜日（毎週）	13:30~15:30	
	ギター ふぁみりあ（クラシックギター）	火曜日（第1,3）	19:00~21:00	
学習	エンジョイITサークル（パソコン）	土曜日（毎週）	13:00~15:00	ノートパソコン、メモ帳
	PCカメさんサークル（パソコン）	土曜日（毎週）	15:30~17:00	ノートパソコン、メモ帳
その他	音声訳朋の会	月曜日（第1,3）	13:30~16:00	筆記用具
	見附市消費者協会	水曜日（第1）	13:30~16:00	筆記用具

申込み・問合せ ふぁみりあへ

(tel 0258-62-1915)

