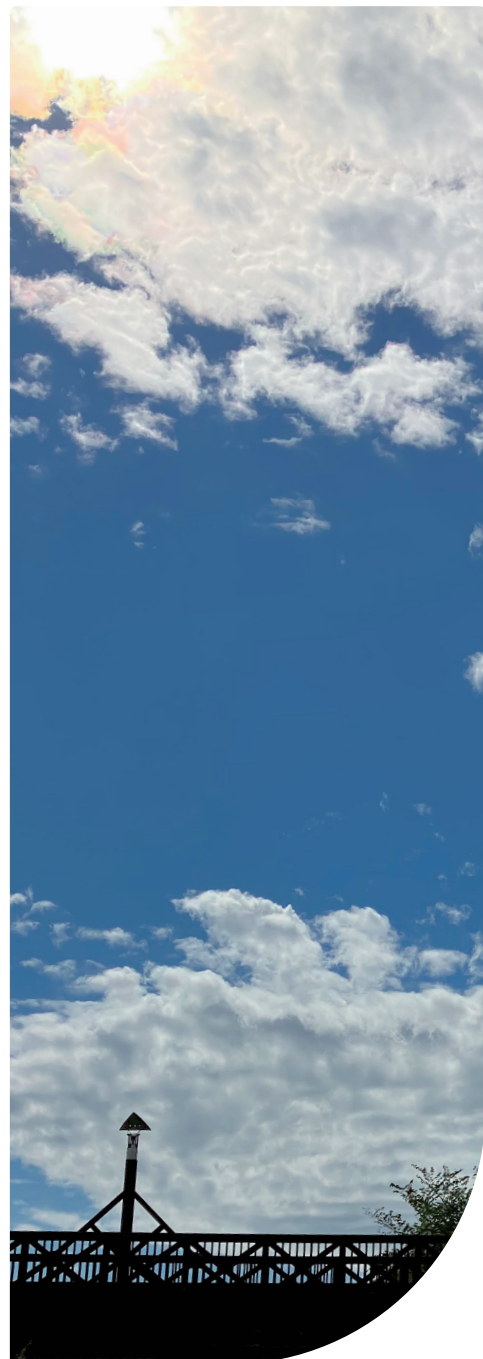
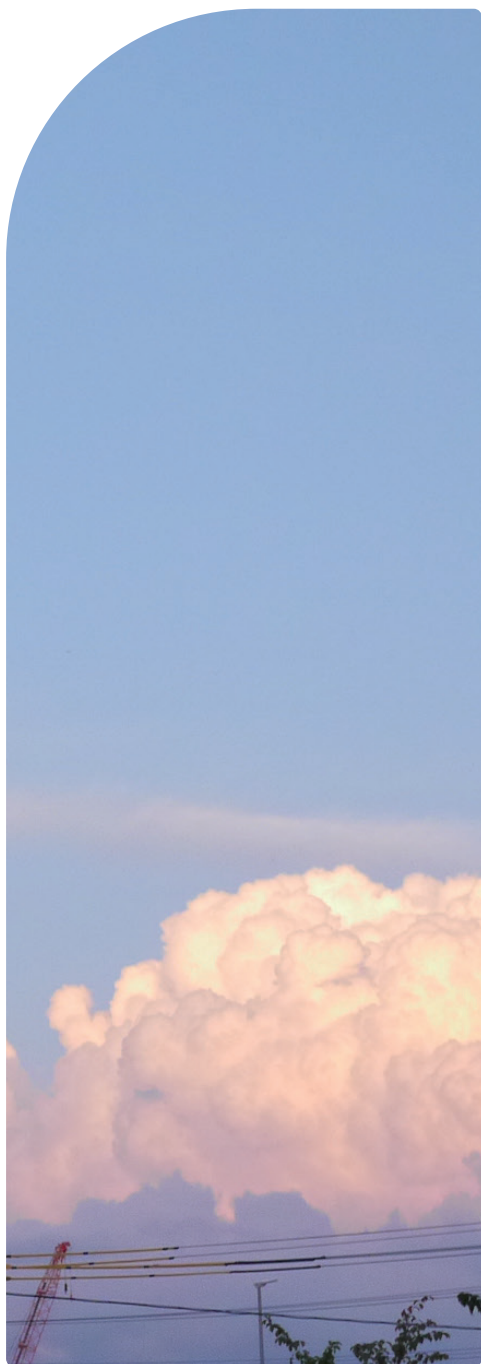


Manabin

FREE



manami♥ru [まなみーる岩見沢市民会館・文化センター広報誌]



＜特集＞

体操・ダンス編
サークル紹介 Vol.2

開催予告
まなばた・まなフェス

CIRCLE ACTIVITIES

Vol.2 — サークル紹介 体操・ダンス編

IKT

時間 毎週木曜日 / 10:00~11:30 頃

会費 月 2,000 円

自分に合わせて動くストレッチや、脳トレを兼ねたリズムダンスを行なっています。身体を動かすことは健康維持には欠かせません。経験に関係なくどなたでも始めやすいので、ぜひお気軽にご参加ください！

ハッピーフレンズ ハッピーフレンズクラス

時間 土曜日 (月 4 回) / 12:45~13:45

会費 お問い合わせください

昨年 11 月より保護者の方もダンスを習えることになりました。現在はメンバーと保護者の方が一緒に J-ポップや K- ポップの曲で講師の先生より楽しくダンスを学んでいます。ダンスを習ってみたかった方、一緒にダンスを踊りませんか？ (対象は小学生から)

ボディーバランス ウォーキング

時間 毎週土曜日 / 10:00~11:00

会費 月 4,500 円

体のゆがみや歩き方の指導を行っています。冬には体の疲れをとるストレッチなども行います。ぜひ一緒に健康的な生活を送りましょう！

太極拳ゆめゆめ

時間 毎週金曜日 / 10:00~11:30

会費 月 2,000 円

健康増進やストレス解消に最適な太極拳を体験できます。初心者でも安心の基本動作から指導し、練習を通じて身体の柔軟性やバランス感覚が向上します。また、和やかな雰囲気の中での練習は心も癒されます。ぜひ健康的な生活を始めましょう！

ハッピーフレンズ ハピースプリングクラス

時間 土曜日 (月 2 回) / 12:00~12:30

会費 お問い合わせください

ハンディキャップをもつ本人が、先生のレッスンを受け、ダンスを踊りながら楽しく身体を動かすクラスです。今年から保護者も加わり、なじみの曲に合わせてみんなで踊っています。私達と一緒にダンスで心弾ませ気持ちよい汗をかきませんか。 (対象は幼児から)

カントリーラインダンス

時間 毎週水曜日 / 10:00~11:20

会費 月 4,000 円 (冬季 4,800 円)

楽しくステキな音楽に合わせて、世界共通のステップを踊ります。毎回 4~5 曲踊っています。楽しく踊って身体を動かしましょう！見学も可能ですので、ぜひお気軽にお問い合わせ下さい！



DANCE G-HIP!

毎週水曜日 ※祝日はお休み

時間

- ① 18:45～19:30 キッズダンス
- ② 19:45～20:30 ジュニアダンス
- ③ 20:30～22:00 ハウスダンス

会費

- ①…3,000 円
- ②…3,500 円
- ③…5,000 円

当教室は5歳から参加可能で、3つのクラスがあります。どのクラスでも楽しくストリートダンスをレッスンしています。一緒に踊って自分だけのダンスを踊りましょう！



入会・見学を希望される方は

まなみーる窓口までお問い合わせください

ビジュー・バレエコンチェルト

時間

毎週金曜日 / 17:40～21:30

会費

お月謝制です
詳細はお問い合わせください

当バレエ教室は現在4才から大人の方まで通っています。レッスンでは、バレエの基礎を大切にしながら、楽しい踊りも指導しています。

もちろん、男の子の参加也大歓迎です！みなさまが楽しく学び、踊れるよう指導いたしますので、ぜひ気軽に見学や体験に来てください。

貸室のご案内

リハーサル室 1・2 (1F)

市民会館側1階にあり、備え付けのスリッパ(消毒済)に履き替えてご利用いただくお部屋です。リハーサル室1と2は隣接しており、ダンスやヨガだけではなく、少人数の会議や打ち合わせにもご利用いただけます。

1部屋のみ



写真はリハーサル室2に机を並べた状態。1部屋のみの利用で最大学校形式(3人掛)27名、2部屋の間の仕切りを外すと最大学校形式(3人掛)75名で使えます。

1部屋あたり

※価格は全て税込

区分	午前	午後	夜間	終日
夏季	1,560	1,880	2,500	5,960
冬季	2,340	2,820	3,750	8,940

※午前区分 9:00-12:00 / 午後区分 13:00-16:30 / 夜間区分 17:30-22:00

※夏季 5月1日～10月31日 / 冬季 11月1日～翌年4月30日

2部屋つなげて



リハーサル室1と2の仕切り壁を外し、鏡前のロールカーテンを上げた状態。反対側の壁面にも鏡が備え付けられています。



まなみーるの七夕 まなばた

7月5日～8月7日まで

今年もまなみーる内1Fロビーでまなばたを開催します。紙に願い事を書き、想いを込めて飾りつけましょう！
今回は好評につき、1,000を超える短冊が飾られました。みなさまの素敵な願い事が叶うといいですね♪



まなフェス

今年は
2日間開催！

15日 前夜祭 15:00～19:00

16日 本祭 10:00～16:00

詳細は決まり次第まなみーる HP・SNS でお知らせします♪

まなみーるスタッフの

うちのこ Vol.9

谷山副館長のお家の「さくら」。青と緑のオッドアイがきれいな12歳の女の子です。
ふくふくとしたお餅のような佇まいで好奇心旺盛！ご飯が大好きでキャットフードはなんでもペロリと食べてしまいます。おやつをもらえる曜日を覚えているので、毎週決まった曜日には可愛い顔で「ちょうだい」とうったえてくるんだとか...



まなみーる岩見沢市民会館・文化センター

〒068-0029 北海道岩見沢市9条西4丁目1番地1 TEL 0126-22-4233 / FAX 0126-25-9092
営業時間 9:00～22:00 休館日 年末年始(12月29日～翌年1月3日)

WEBサイト・各種SNSはこちら

公式WEB www.manamiru.jp

Twitter https://twitter.com/manamiru_iwa
Instagram <https://www.instagram.com/manamiru.iwa/>

JR 函館本線 岩見沢駅下車 徒歩約10分

バス 駅前バスターミナルから中央バスで高速岩見沢号、かえで団地循環線、幌向線「市民会館前」下車 徒歩1分

発行 NPO法人ハナナスアート(まなみーる岩見沢市民会館・文化センター指定管理者)

企画・制作 Manabin編集部 / 千葉絵理奈 守屋愛弓

