

2021年秋  
受講生  
募集中!

カルチャー北海道初の新規講座が続々! イオン江別店3階

# カルチャー北海道

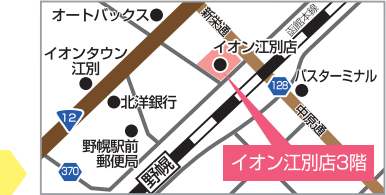
体験・見学はお気軽に  
お申込みください! **要予約**

お問い合わせ・  
お申し込みは  
こちら

☎ 011-378-4020



教室 〒069-0812 江別市幸町35 イオン江別店3階  
 受付時間 ※曜日によって受付時間が異なります。  
 12:00~19:00(月・火)/10:00~19:00(水・金)/  
 15:30~19:00(木)/10:00~14:00(第1・3・4土曜)/  
 10:00~11:30(日)  
 ※第2土曜日・祝日はお休み  
**WEB予約** <https://www.ebe-2.net/>  
 ○入会時事務手数料1,100円・受講料の他に  
 別途、教材費・資料代・団体保険料等必要な講座もあります。  
 ○開講人数に達しない場合、開催できない場合がございます。



新型コロナウイルス  
感染拡大防止の  
取り組みを行っています。

マスク 消毒 除菌 換気

## キッズ人気講座/筋力・体力up!表現力が豊かになります!

### キッズチアダンス

チアダンスを中心に、様々なダンスジャンル・  
テクニック・アクロバットにも挑戦!踊る事、  
表現する事の楽しさをご指導いたします!



【日 時】火曜日/15:30~16:30(入門)  
16:30~17:30(初級)  
17:30~18:30(中級/上級)  
【受講料】4,400円/月  
【対象】3歳~小1(入門)小2~小4(初級)  
小5~6(中級)中1~高3(上級)  
講師: kids cheer dance Bunny指導員

**体験会開催** 【日 時】毎週火曜日  
【締切日】開催当日可  
【体験代】500円

### クラシックバレエ

骨格の成長に合わせて無理をせずに健康的な  
身体を作り、リズム感を養います。  
レッスンでは挨拶等の礼儀作法も学び、正し  
いメソッドでご指導いたします。



【日 時】金曜日/16:20~17:20(エンジェル)  
17:30~19:00(ジュニア)  
【受講料】5,500円/月  
【対象】3歳~小3(エンジェル)  
小4~高3(ジュニア)  
講師: 太田 麻美 (小泉のり子バレエスタジオ講師)

**体験会開催** 【日 時】毎週金曜日  
【締切日】開催当日可  
【体験代】500円

## 運動不足の冬に向けて楽しくDANCE!!

### やさしいエアロ

リズムに合わせて全身を動かすウォーキン  
グ程度の運動です。程よく汗を流して心も体も  
リフレッシュしましょう!



【日 時】第1・2・3木曜日/10:00~11:00  
【受講料】3,850円/月  
講師: 後藤 亜紀子 (フィットネスインストラクター)

**体験会開催** 【日 時】11月4日・11日・18日(木)  
【締切日】前日まで  
【体験代】体験500円(2名から開催)

### タヒチアンダンス

幅広い世代の方が注目しているタヒチアンダ  
ンス。まずは体験してみましょう!タヒチアンダ  
ンスのイメージがガラッと変わるはず!。優雅  
な曲やアップテンポな南国の曲に合わせて  
楽しく踊りながら運動不足を解消しましょう!



【日 時】木曜日/11:30~12:30  
【受講料】4,400円/月  
講師: MARI (ブアヒメネタヒチ主宰)

**体験会開催** 【日 時】10月21日・28日(木)  
【締切日】前日まで  
【体験代】体験500円(1名から開催)

## 楽しい実験がいっぱいです!

### 理科実験教室

身近なものを使って、  
日常生活の中にある  
理科に触れる。  
それがこの理科実験  
教室です。  
理科に親しみ、理科  
を楽しみ、そして理科  
が好きになる。そんな  
体験をしてみましょう!

【日 時】第1・3水曜日/16:00~17:30  
【受講料】2,200円/月2  
【対象】小学生  
【教材費】1,500円/回  
講師: 佐藤 ちひろ (サイエンスプロデューサー)

**体験会開催** 冷凍庫を使わずにアイスを作ろう!  
【日 時】10月20日(水)  
【締切日】前週金曜日まで  
【体験代】500円(1名から開催)

## 簡単なのに本格ネイルに!

### セルフネイラー向け ネイル講座

経験者・初心者には問い  
ません。簡単なケア、  
ジェルネイルの基礎か  
らアートデザインなど  
を学びます。デザイン  
は簡単なのにプロの  
様な仕上がりに!



※ネイル検定(1~3級)、  
ジェルネイル検定(初級~上級)検定対策も対応可!  
【日 時】第1・3水曜日/13:00~14:30  
【受講料】3,300円/月  
【教材費】初回4,000円程度※お持ちの方は不要  
講師: 山本 麻美  
(日本ネイリスト協会常任本部認定講師)

**体験会開催** 【日 時】10月20日(水)  
【締切日】2日前まで  
【体験代】体験500円(2名から開催)

イオン江別店3階 習い事ついでにお買い物♪

## メディアでも人気沸騰中!作って楽しい新講座!

### 新講座 開講3名~ 女性のための 簡単可愛いDIY講座

第1弾(10月~12月)【月1講座 全6回】  
材料の選び方やペンキの塗り方等、楽しく学びましょう!  
初心者さんでも簡  
単に出来る「暮らし  
を心地よくする」  
DIYアイテムを作り  
ませんか?  
【日 時】各回10:00~11:30  
●10月28日(第4木曜)・オカモチ(バスケット)  
●11月11日(第2木曜)・カフェトレイ  
●12月9日(第2木曜)・2段カフェラック  
※第2弾(1月~3月)は(第2木)開催予定  
【受講料】6,600円/3か月前納(※2,200円/月)※途中入会可  
【教材費】初回2,000円 2回目以降1,500円程度/月  
【締切日】前週水曜日まで  
講師: 後藤 陽子 (DIYプランナー 認定講師)

**体験会開催** 【日 時】10月20日(水)  
【締切日】前週金曜日まで  
【体験代】1,000円(1名から開催)

### 新講座 開講1名~ 江別初! ~砂で絵を描く~ サンドペインティング

カラーサンドと竹串を使用して  
絵を描く楽しさ・奥深さを体験  
してみましょう。  
まずは簡単な図柄から始める  
ので、どなたでも楽しめます!  
【日 時】第1・3水曜日  
18:00~20:00  
【受講料】3,850円/月2  
【教材費】2,650円/月  
講師: 平奏 帆 (一社)JSPA代理店北海道支部代表

**体験会開催** 【日 時】10月20日(水)  
【締切日】前週金曜日まで  
【体験代】1,000円(1名から開催)

### 運動が出来ないとあきらめていませんか? ゆがみ痛み、解消体操!まずは体験を!

### エゴスキュー体操

身体の状態に合わせて  
無理なく、簡単に出来  
る体操です。歪み、痛み  
を自分で根本から解消  
する方法を楽しく学び  
ましょう!  
【日 時】第1・3水曜日/13:30~15:00  
【受講料】4,400円/月2  
【教材費】初回教材費1,870円+テキスト代1,100円  
講師: 北山 えいこ・井上 勝晃  
(一般社団法人エゴスキュー・ジャパン協会認定トレーナー)

**体験会開催** 【日 時】10月21日(木)13:30~15:00  
【締切日】3日前まで  
【体験代】500円(3名から開催)

## 身体の調子を整える

### リラックス ヨガ

ゆったりと身体をほぐ  
し呼吸を感じながら、  
気持ちの良いリラック  
スした時間を一緒に  
過ごしましょう!  
【日 時】金曜日/11:30~12:30  
【受講料】4,400円/月  
講師: YOSHIE(全米ヨガアライアンスRYT200取得)

**体験会開催** 【日 時】毎週金曜日  
【締切日】前日まで  
【体験代】500円

## 来年の年賀状にもピッタリ!

### 想いを伝える伝筆

【月1講座】  
字に自信のない方でも、インパクトのある可  
愛い筆文字が書ける  
ようになります。筆ペ  
ンを使用し、ハガキ  
と毎月のカレンダー  
を完成させます。  
【日 時】第4土曜日/10:30~12:00  
【受講料】2,200円/月  
【教材費】1,100円/月※初回のみ2,750円  
講師: 中澤 絵絵 (伝筆協会認定講師)

**体験会開催** 毎月第4土曜日  
【締切日】前日まで  
【体験代】500円

## 体すっきりヨガ体操

健康・元気・動ける体作り  
をヨガでお手伝い致しま  
す。ヨガ初心者・体が硬い  
方でも大丈夫です。深い  
呼吸と簡単なヨガのポ  
ーズで心も身体もすっきり  
させます。  
【日 時】火曜日/14:00~15:00  
【受講料】4,400円/月  
講師: 藤澤 智恵 (全米ヨガアライアンスRYT200取得)

**体験会開催** 【日 時】毎週火曜日  
【締切日】前日まで  
【体験代】500円

## 楽しく歌って喉の筋トレ!老化防止!

### 声トレ・歌トレのどトレ講座

発声や滑舌、歌唱トレーニング  
を通じて各身体機能低下予防、  
さらには脳の活性化で認知症  
予防にも効果のある講座です。  
【日 時】第2・4木曜日/  
16:45~18:00  
【受講料】4,400円/月2  
【対象】40歳以上  
講師: トクナリ (TOKUNARI) (音楽健康指導士準2級)

**体験会開催** 【日 時】毎月第2・4木曜日  
【締切日】2日前まで  
【体験代】500円  
<http://hottoke.vvp.co.jp/>(ほっとけNIGHT!)

## お子様の個性を引き出します!

### 子ども美術クラブ

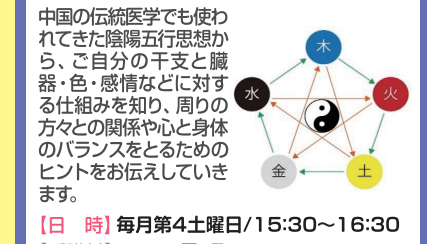
子どもたちの自由な  
感性と考える力を育  
てます。基礎デッサ  
ン・水彩画・油絵・コ  
ラージュなど様々な  
美術を試みます。  
【日 時】第2・4金曜日/16:00~17:30  
【受講料】3,300円/月2  
【対象】4歳~12歳  
【教材費】600円/月  
講師: 壹岐 伸子 (札幌文化団体協議会会員)

**体験会開催** 【日 時】毎月第2・4(金)  
【締切日】前日まで  
【体験代】500円

## 陰陽五行を元に自分を知ろう

### 単発講座 摩耶先生の中医学

中国の伝統医学でも使わ  
れてきた陰陽五行思想か  
ら、ご自分の干支と臓  
器・色・感情などに対す  
る仕組みを知り、周りの  
方々との関係や心と身体  
のバランスをとるための  
ヒントをお伝えしていま  
す。  
【日 時】毎月第4土曜日/15:30~16:30  
【受講料】2,200円/月  
【締切日】2日前まで  
講師: 摩耶 (maya) (ホリスティックフィットセラピスト代表)



**体験会開催** 【日 時】毎月第2・4(金)  
【締切日】前日まで  
【体験代】500円