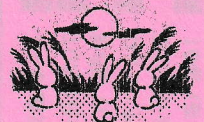




コミュニティふらっと方南 令和8年9月お知らせ

いろいろな催しの企画があります。ふらっとお立ち寄りください。

皆様のご利用をお待ちしております。

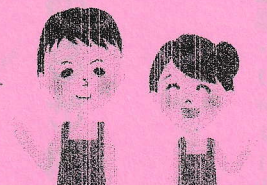


※都合により日時が変更になる場合があります。お問い合わせ・お申し込みはコミュニティふらっと方南まで！

プログラム	開催日	時間	部屋	参加費
ゆる体操	4日・18日(第1・第3金曜)	13:00~14:30	多目的ルーム	1回 800円
歌声サロン	4日・21日(第1金曜・第3月曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
リコーダーサロン	8日(第2火曜)	17:00~18:30	多目的ルーム	1回 600円
墨絵教室	6日・20日(第1・第3日曜)	9:30~12:00	第1・第2集	1回 1,000円
大人のぬり絵	9日(第2水曜)	10:00~12:00	第1集	1回 600円
筋トレ&ストレッチ	9日・23日(第2・第4水曜)	13:00~14:00	多目的ルーム	1回 600円
ゆうゆうフラ	11日・25日(第2・第4金曜)	14:30~16:00	多目的ルーム	1回 600円
書道教室	17日(第3木曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
パステルアートサロン	21日(第3月曜)	13:00~14:30	第1集	1回 600円
ラウンジに花咲かせ隊	23日(第4水曜)	14:00~15:00	1Fラウンジ	無料
日曜書道教室	27日(第4日曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円

10月予告

みんな
あつまれ～



お申込み先:コミュニティふらっと方南

住所:杉並区方南1-27-8

TEL:03-3322-4225

…Kids Dance…

4歳から未就学児のお子様向け

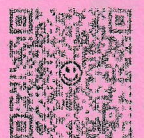
日時 10月4・11・18・25日
11月1・8・22・29日
14:30~15:20

場所 コミュニティふらっと方南
多目的ルーム

費用 1回につき、1300円



<メールアドレス>



<ホームページ>



<Facebook>

受託事業者:NP0法人 さらプロジェクト

10月4日スタート!

はじめての

キッズダンス

生徒募集!!

ヒップホップダンスで楽しく、

リズム感・運動能力・表現力を育てます。

ダンスがはじめてのお子様向けの入門コースです!



リズム感UP!
音楽に合わせて
体を動かす楽しさを
身につけます。



運動能力UP!
全身を使ったダンスで
バランス感覚や
柔軟性を育てます。



表現力UP!
自分らしく表現することで
自信や積極性を
育てます。



お申込み・お問い合わせ

コミュニティふらっと方南

TEL: 03-3322-4225

E-mail: hounan@sara-project.or.jp



対象	4〜6歳児クラス
日時	10月4日から11月29日までの毎週日曜日 計8回 (11月15日を除く) 14:30〜15:20
場所	コミュニティふらっと方南 (杉並区方南1-27-8) B1F 参観館ルーム
定員	10名 (要予約) 先着順
参加費	1回 1,300円 全8回コース

主催: コミュニティふらっと方南委託事業者 NPO法人さらプロジェクト
<https://www.sara-project.or.jp> <https://www.facebook.com/hounankan/>

1Dayワークショップ

10/24 (土) 13:30~15:00

はじめての

フラワーアレンジメント

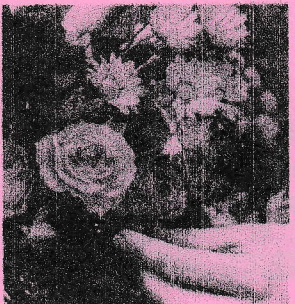
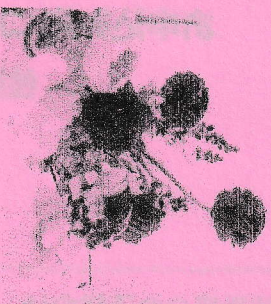
秋色のお花を一緒に活けましょう



場所: コミュニティふらっと方南 第1・2集会室

参加費: 2,300円(お花・花器代含む)

定員: 10名(要予約) 持ち物: お持ちの方は花ばさみ



お申込み

03-3322-4225

E-mail: hounan@sara-project.co.jp

お申込み・キャンセルは2日前までにお願ひします



コミュニティふらっと方南委託事業者 NPO法人さらプロジェクト
<https://cf-hounan.sara-project.or.jp> <https://www.sara-project.or.jp>
<https://www.facebook.com/hounankan>