

2024年7月開講

# カルチャークラス 新発見開講!! 無料体験も開催!

無料体験のお申込み方法

各クラス紹介右下の  
予約専用QRコードより  
事前にお申込みください。

さらに! 6~7月ご入会お手続きの方は

初期登録料  
2,200円▶▶▶**0円**

このほかにも多彩な講座があります。裏面講座一覧もご覧ください。ご不明点などはお電話にてお問合せください。☎0270-20-1330

## 文化クラス

## CULTURE CLASS

### ハンギングバスケット

第3木曜 13:30~15:30

空間に浮かぶお花の寄せ植え、四季折々に咲く花を使用し、普段出来ない寄せ植えを作製します。



■月額/3,300円※教材費別途  
■開講人数/2名以上~

無料体験 6.15(土)11:00~12:00



講師/田中昇寿

### パソコン教室

第3土曜 13:00~15:00

パソコン初級者文字入力から始めWordやExcelを使いこなせるようになるまでゆっくり教えます。



■月額/3,300円※教材費別途  
※パソコンはご持参ください。

■開講人数/2名以上~

無料体験 6.15(土)13:00~14:00



講師/田中昇寿

### チラシ作成

第3土曜 10:00~12:00

デザイン系ソフト adobe illustrator CS2 を使用し、チラシやポスターなどを製作します。



■月額/3,300円  
※教材費別途  
■開講人数/2名以上~

講師/田中昇寿

### 絵画全般

第1・3水曜 13:00~15:00  
第2・4土曜 13:00~15:00

初心者の方々にわかりやすい絵の指導・解説を行います。幅広いジャンルに対応した絵画指導を心がけています。



■月額/4,400円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.5(水)・6.8(土)13:00~14:00



講師/井上太郎

### タティングレース

第2・4火曜 14:00~16:00

シャトルという舟形の器具を使った結びのレース。アクセサリーや小物等の制作、初めての方でも安心して学べます。



■月額/4,400円  
※教材費別途  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.11(火)・6.25(火)14:00~16:00



講師/大嶋真実

### ビーズ織り&ビーズアート教室

第3火曜 10:30~12:30

バッグ、ネックレス、ブローチ等ビーズのあらゆる技法を指導いたします。資格取得もできます。



■月額/2,860円  
※教材費別途  
■開講人数/2名以上~

無料体験 6.18(火)10:30~12:30



講師/長谷川智代

### 押花&ポーセラーツ

第4金曜 10:15~12:15

身近な草花を押し花にする作品作りと、焼き付けできるシールを白磁に貼ることで作るポーセラーツ。



■月額/3,300円  
※教材費別途  
■開講人数/1名以上~

無料体験 6.28(金)10:15~12:15



講師/歌代順子

### 大人の英会話(グループ)

第2・4火曜 10:15~12:15

初心者から経験者まで英会話を楽しくするクラスです。趣味や好きなことを英語と一緒に話してみませんか?



■月額/6,600円  
■開講人数/2名以上~

無料体験 6.11(火)10:15~12:15



講師/齊藤利香

### 誰でも描けるようになる♡アートクラス

①第1木曜 10:30~15:30  
②第4日曜 10:30~15:30

【誰でも描けるようになります♡】まるでアトリエにいるようにゆったりとお気軽に♪入門・初心者大歓迎です



■月額/5,500円  
※教材費別途  
※時間内は自由に入退可  
■開講人数/2名以上~

無料体験 6.6(木)10:30~15:30



講師/堀口ケイ

### きもの教室

第1・3金曜 13:00~15:00

初心者から経験者まで大歓迎基礎からゆっくり丁寧な授業です。ご自分のベースで上達できます。また、きもの着装だけでなく日常のマナーも一緒に学びましょう。



■月額/6,600円  
■開講人数/1名以上~

無料体験 6.21(金)13:00~15:00



講師/橋本啓子

### 楽しい革細工

第2・4水曜 14:00~16:00

革を選び、切る、縫う、手入れまで基礎から応用まで学べます。用途に合わせてオリジナルの作品が作れます。



■月額/5,500円  
■開講人数/4名以上~

無料体験 6.12(水)・6.26(水)14:00~16:00



講師/狩野映三子

## ダンス・健康クラス

## DANCE / HEALTH CLASS

### ベリーダンス

毎週水曜 19:00~20:30

ベリーダンスを通じて女性らしい所作や表現力を身につけて健康的に自分磨きをしませんか。※女性限定



■月額/8,800円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.12(水)19:00~19:45



講師/Saki

### ベリーダンス

第1・3・4金曜 18:30~19:45

アラブの曲に合わせて踊りながら女性らしいしなやかさと魅力的な自分を見つけませんか?【初心者クラス】



■月額/5,500円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.21(金)18:30~19:45



講師/Randa

### おとなのクラシックバレエ

毎週火曜 11:00~12:15

クラシックバレエを基礎から学べます。初めてでもOK!美しい音楽を聴きながら楽しく舞いましょう!!



■月額/7,700円  
■開講人数/2名以上~

無料体験 6.4(火)11:00~12:15



講師/高橋直美

### フラダンス 一般

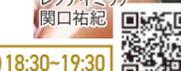
毎週火曜 18:30~19:30

ALOHA!『やってよかった!』と思えるフラレッスンをぜひ1度体験してみてください。



■月額/6,600円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.4(火)・6.11(火)18:30~19:30



講師/チーレイオカレファイミア 関口祐紀

### 体のセルフケア

第1・3水曜 10:15~11:15

腰痛や肩こり等、身体の不調で悩んでいる方。簡単セルフケアで痛みのでつらい身体にしましょう。



■月額/4,400円  
■開講人数/5名以上~

無料体験 6.5(水)10:15~11:15



講師/菊池沢矢

### 合気道 成人

毎週土曜 18:10~19:10

合気道は「争わざる理」を技で示します。誰も傷つけない、傷つけさせない護身術を学んでみませんか?



■月額/4,400円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.1(土)・6.8(土)・6.15(土)・6.22(土)・6.29(土)



講師/大嶋志津子

## こどもクラス

## KIDS CLASS

### フラダンス キッズ

毎週水曜 17:45~18:30

ALOHA! お子様のお習い事に笑顔で楽しく学べるフラダンスをぜひ体験してみてください。



■月額/5,500円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.5(水)・6.12(水)17:45~18:30



講師/チーレイオカレファイミア 関口祐紀

### クラシックバレエ プレ/児童クラス

①プレクラス 毎週火曜 16:30~17:00  
②児童クラス 毎週火曜 16:00~17:00

①はじめてバレエを習うお子様が、楽しくバレエに親しむクラスです。②年長~小学1年生。楽しく柔軟性やリズム感、感性を育てるクラスです。



■月額/①3,300円②5,500円  
■開講人数/2名以上~

無料体験 6.4(火)①16:30~17:00 ②16:00~17:00



講師/滝澤 桂

### クラシックバレエ 小学生Bクラス

毎週火曜 17:00~18:00

小学2~3年生。バレエの楽しさ、舞台上で踊る喜びを表現できる。小さなバレエナを育てるクラスです。



■月額/6,600円  
■開講人数/2名以上~

無料体験 6.4(火)17:00~18:00



講師/滝澤 桂

### クラシックバレエ 小学生Aクラス

毎週火曜 18:00~19:00

小学4~5年生。憧れのトゥシューズを履いて、クラシックバレエに必要な身体と技術を養うクラスです。



■月額/6,600円  
■開講人数/2名以上~

無料体験 6.4(火)18:00~19:00



講師/滝澤 桂

### 合気道 ジュニア

毎週土曜 17:00~18:00

合気道は平和への道。皆が幸せになるための武道です。投げたり投げられたりしながら楽しく稽古します。



■月額/4,400円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.1(土)・6.8(土)・6.15(土)・6.22(土)・6.29(土)



講師/大嶋志津子

### GRUISTARS キッズチアダンスクラス

毎週火曜 18:00~19:00

男女問わず大歓迎!基礎から楽しくチアダンスを習得しましょう!キラキラボンボンとリボンで皆素敵なチアリーダーに♪



■月額/6,600円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.11(火)・6.25(火)18:00~19:00



講師/飛田野

## 音楽クラス

## MUSIC CLASS

### インディアンフルート

第2・4水曜 10:30~11:30

北米ネイティブアメリカンに伝わる伝統の笛、どなたでも初回から心に染み入る音が出せ、楽譜が読めなくても演奏可能です。



■月額/5,250円  
■開講人数/3名以上~

無料体験 6.12(水)10:30~11:30



講師/清水和美

### フラメンコギター

第1・2・4土曜  
①初級 10:15~11:15  
②中級 11:30~12:30

フラメンコギターを踊り伴奏。初級、中級グループレッスン。踊り手さんも招いて楽しんで一緒に学びましょう。



■月額/6,600円  
■開講人数/1名以上~

無料体験 6.1(土)・6.22(土)  
①初級 10:15~11:15 ②中級 11:30~12:30



講師/岡岸良彰

### 【個別レッスン】フルート

①第1・3火曜13:00~18:00(40分)  
②第2・4木曜13:00~17:00(40分)

初めての方も経験者も、優しく丁寧に指導します。憧れの曲を吹けるように、楽しいレッスンをしましょう!



■月額/6,600円  
■開講人数/1名以上~

お試し 500円体験 6.4(火)・6.13(木)・6.18(火)・6.27(木)



講師/小林凌

# 開講講座一覧

文化クラス							
講座名	頻度	曜日	時間	月額	講師名	講師経歴	講座案内
楽しい革細工	月2回	第2・4水	14:00～16:00(120分)	5,500円	狩野映三子	革細工に携わり15年/講師歴2年	革を選び、切る、縫う、手入れまで基礎から応用まで学べます。用途に合わせてオリジナルの作品が作れます。
ハンギングバスケット	月1回	第3木	13:30～15:30(120分)	3,300円	田中昇寿	ハンギングバスケットマスター/グリーンアンドバイザー/経験年数10年	空間に浮かぶお花の寄せ植え、四季折々に咲く花を使用し、普段出来ない寄せ植えを作製します。
チラシ作成	月1回	第3土	10:00～12:00(120分)	3,300円	田中昇寿	システムアドミニストレーター/経験年数20年	デザイン系ソフトadobe illustrator CS2 を使用し、チラシやポスターなどを製作します。
パソコン教室	月1回	第3土	13:00～15:00(120分)	3,300円	田中昇寿	システムアドミニストレーター/経験年数25年	パソコン初級者文字入力から始めWordやExcelを使いこなせるようになるまでゆっくり教えます。
絵画全般	月2回	第1・3水	13:00～15:00(2-3時間)	4,400円	井上太郎	東京藝大日本画卒/美大藝大予備校講師歴約20年	初心者の方々にわかりやすい絵の指導・解説をおこないます。興味に応じた制作メニューをご案内。幅広いジャンル、それぞれの絵に対応した絵画指導を心がけております。
		第2・4土	13:00～15:00(2-3時間)				
タティングレース	月2回	第2・4火	14:00～16:00(120分)	4,400円	大倉貞子	日本手芸普及協会 監修:島崎須美恵/師範:大倉貞子	シャトルという舟形の器具を使った結びのレース。アクセサリーや小物等の制作、初めての方でも安心して学べます。
きもの教室	月2回	第1・3金	13:00～15:00(120分)	6,600円	橋本啓子	公益財団法人 全国きものコンサルタント協会認定/装道礼法きもの学院公認	初心者から経験者まで大歓迎。基礎からゆっくり丁寧な授業ですのでご自分のペースで上進できます。また、きもの着装だけでなく日常のマナーも一緒に学びましょう。
ビーズ織り&ビーズアート教室	月1回	第3火	10:30～12:30(120分)	2,860円	長谷川智代	テリカビーズ織り協会講師	バッグ、ネックレス、ブローチ等ビーズのあらゆる技法を指導いたします。資格取得もできます。
押花&ポーセラーツ	月1回	第4金	10:15～12:15(120分)	3,300円	歌代順子	ふしぎな花倶楽部インストラクター/押し花アーティスト/ポーセラーツインストラクター	身近な草花を押し花にする作品作りと、焼き付けできるシールを白磁に貼ることで作るポーセラーツ。
大人の英会話(グループ)	月2回	第2・4火	10:15～12:15(120分)	6,600円	齊藤利香	英会話講師歴10年/家庭教師歴20年/翻訳歴15年	初心者から経験者まで英会話を楽しめるクラスです。趣味や好きなことを英語と一緒に会話してみませんか?
【誰でも描けるようになる♡アートクラス】木曜	月1回	①第1木	10:30～15:30の間で自由参加(お昼60分間/240分間)	5,500円	堀口ケイ	経歴40年/講談社子ども美術学園講師	【誰でも描けるようになります♡】まるでアトリエにいるようにゆったりとお気軽に♪入門・初心者大歓迎です
【誰でも描けるようになる♡アートクラス】月曜		②第4月	10:30～15:30の間で自由参加(お昼60分間/240分間)				

ダンス・健康クラス							
講座名	頻度	曜日	時間	月額	講師名	講師経歴	講座案内
Cge Number	週1回	毎週土	11:05～12:05(60分)	5,700円	Cge	講師歴22年/バックダンサー/振付師/ソロダンス全国大会優勝	ダンスの基礎をしっかりと学んでみませんか?自分の中にあるcoolとGreatな面を一緒に咲かせましょう!
HIPHOP	週1回	毎週土	15:45～16:45(60分)	4,714円	Mi2	講師歴20年/北関東ダンスコンテスト優勝/メジャーアーティストバックダンサー	初めてでも安心!楽しく踊ろう!
HIPHOP ~all that groove~	週1回	毎週木	13:30～14:30(60分)	5,238円	RYO	講師歴24年/AFFA DISCOWORLD認定VIPINSTRUCTOR取得他	最新のLAスタイルで思い切りダンスを楽しみましょう!
室賀バレエスクール	週1回	毎週月	20:00～21:30(90分)	7,857円	荻野いづみ	講師歴34年/室賀バレエスクール主任教師	クラシック音楽に合わせて基礎から丁寧に指導します。踊りの基本といわれるバレエを楽しく体験しましょう♪
		毎週金	11:00～12:30(90分)	6,286円			
		毎週月・金	月曜20:00～21:30(90分) 金曜11:00～12:30(90分)	9,429円			
フラダンス	週1回	毎週火	12:30～14:00(90分)	6,600円	鈴木ゆきこ	講師歴24年/Hula Halau O kalei Lehua所属	フラダンスの基礎をしっかりと行います。そして、アロハの心とスマイルで楽しく優雅に踊りましょう。
フラダンス一般	週1回	毎週火	18:30～19:30(60分)	6,600円	関口祐紀	StudioSunnySideStory ナーレイオカレアイミア 主宰	ALOHA!『やってよかった!』と思えるフラレッスンをぜひ1度体験してみてください。
体のセルフケア	月2回	第1・3水	10:15～11:15(60分)	4,400円	菊池沢矢	柔道整復師/整骨院2年・整形外科5年・整体院経営13年	腰痛や肩こり等、身体の不調で悩んでいる方。簡単セルフケアで痛みのでづらい身体にしましょう。
おとなのクラシックバレエ	週1回	毎週火	11:00～12:15(75分)	7,700円	斎藤直美	白鳩バレエ代表/クラシックバレエ指導歴40年/公益社団法人 日本バレエ協会関東支部群馬地区 副運営委員長	クラシックバレエを基礎から学べます。初めてでもOK!美しい音楽を聴きながら楽しく舞いましょう!!
合気道成人	週1回	毎週土	18:10～19:10(60分)	4,400円	大嶋志津子	群馬合気会 四段 神道夢想流杖道 四段	合気道は「争わざる理」を技で示します。誰も傷つけない・傷つけさせない護身術を学んでみませんか?
ベリーダンス	週1回	毎週水	19:00～20:30(90分)	8,800円	Saki	ベリーダンスインストラクター/Rising stars2023 フォークロア部門3位入賞	ベリーダンスを通じて女性らしい所作や表現力を身につけて健康的に自分磨きをしませんか。*女性限定
ベリーダンス	月3回	第1・3・4金	18:30～19:45(75分)	5,500円	Randa	ベリーダンサー	アラブの曲に合わせて踊りながら女性らしいしなやかさと魅力的な自分を見つけませんか?【初心者クラス】

こどもクラス							
講座名	頻度	曜日	時間	月額	講師名	講師経歴	講座案内
Mきッズ体操教室	週1回	毎週月	①幼児16:00-17:00(60分) ②小学17:10-18:10(60分)	5,800円	高橋	講師歴17年/幼児体育指導者資格/ベビーマッサージ/ベビーヨガ	マット、鉄棒、跳び箱などを使って基礎体力づくりを中心に、レベルに応じた指導を行います。
		毎週水	①ひよこ(2歳-年少)16:00-16:50(50分) ②小学17:10-18:10(60分)	①5,500円 ②5,800円			
		毎週金	①幼児16:00-17:00(60分) ②小学17:10-18:10(60分)	4,700円			
体操教室	週1回	毎週土	①幼児16:15-17:05(50分) ②小学17:15-18:15(60分)	5,500円	中沢	体育教師免許/日本体育協会公認スポーツ指導員	
室賀バレエスクール	週1回	毎週月	17:45～18:45(60分)	6,280円	荻野いづみ	講師歴34年/室賀バレエスクール主任教師	クラシック音楽に合わせて基礎から丁寧に指導します。踊りの基本といわれるバレエを楽しく体験しましょう♪
		毎週水	16:30～17:30(60分)				
KPOP DANCE	週1回	毎週木	20:00～21:00(60分)	5,500円	ゆうあ	講師歴3年/安中総合学園ダンス部出身	ダンスが初めての方、KPOPが好きの方大歓迎!KPOPダンスを完コピして楽しく踊ろう♪
GRUISTARS キッズチアダンスクラス	週1回	毎週火	18:00～19:00(60分)	6,600円	飛田野	オールジャンルダンス歴23年/国内外に渡る講師プロデュース	男女問わず大歓迎!基礎から楽しくチアダンスを習得しましょう!キラキラポポンとリボンで皆素敵なたチアリーダーに♪
王統流空手道	週1回	毎週土	9:00～10:00(60分)	4,400円	尚武館 川島輝之	全日本王統流空手道5段/師範歴30年	技術、体力、精神力、判断力を身につけていきます。日常生活でも活かせる技や礼法、相手を思いやる心を学びながら楽しく稽古していきます。
BREAK STYLE	週1回	毎週土	13:30～14:30(60分)	5,238円	Mi2	講師歴20年/北関東ダンスコンテスト優勝/メジャーアーティストバックダンサー	HIPHOPのブレイクダンスの要素を取り入れたスタイル。基礎からしっかりと学べるのでダンスが初めてでも安心。
キッズバレエ 幼児～小2	週1回	毎週土	9:00～9:50(50分)	5,000円	秋庭	講師歴23年/余バレエアカデミー教授法クラス修了	バレエで楽しく美しく♪初めてのお子様も大歓迎♪
			10:00～11:00(60分)	6,000円			
キッズバレエ 小学	週1回	毎週木	①幼児～小2:16:45-17:45(60分) ②小3-高校生:18:00-19:00(60分)	6,000円	KangKong	講師歴15年/クラブaiapダンスコンテスト ベストダンサー賞受賞	邦楽、洋楽、様々な曲に合わせて動きの「カッコ良さ」「しなやかさ」「楽しさ」、様々な『らしさ』を表現するクラス。自分なりのスタイルを見つけよう!
DANCE STYLE	週1回	毎週木	①幼児～小2:16:45-17:45(60分) ②小3-高校生:18:00-19:00(60分)	6,000円	KangKong	講師歴15年/クラブaiapダンスコンテスト ベストダンサー賞受賞	邦楽、洋楽、様々な曲に合わせて動きの「カッコ良さ」「しなやかさ」「楽しさ」、様々な『らしさ』を表現するクラス。自分なりのスタイルを見つけよう!
フラダンスキッズ	週1回	毎週水	17:45～18:30(45分)	5,500円	関口祐紀	StudioSunnySideStory ナーレイオカレアイミア 主宰	ALOHA!お子様のお習い事に笑顔で楽しく学べるフラダンスをぜひ体験してみてください。
クラシックバレエ プレクラス	週1回	毎週火	16:30～17:00(30分)	3,300円	滝澤 桂	白鳩バレエ講師/クラシックバレエ指導歴20年/公益財団法人 松山バレエ団・松山バレエ学校 講師	はじめてバレエを習うお子様が、楽しくバレエに親しむクラスです。お母様とご一緒でも受講可能です。
			16:00～17:00(60分)	5,500円			
			17:00～18:00(60分)	6,600円			
			18:00～19:00(60分)	6,600円			
クラシックバレエ 小学生Bクラス	週1回	毎週火	17:00～18:00(60分)	6,600円	滝澤 桂	白鳩バレエ講師/クラシックバレエ指導歴20年/公益財団法人 松山バレエ団・松山バレエ学校 講師	小学2～3年生。バレエの楽しさ、舞台上で踊る喜びを表現できる、小さなバレリーナを育てるクラスです。
クラシックバレエ 小学生Aクラス	週1回	毎週火	18:00～19:00(60分)	6,600円	滝澤 桂	白鳩バレエ講師/クラシックバレエ指導歴20年/公益財団法人 松山バレエ団・松山バレエ学校 講師	小学4～5年生。憧れのトゥシューズを履いて、クラシックバレエに必要な身体と技術を養うクラスです。
合気道ジュニア	週1回	毎週土	17:00～18:00(60分)	4,400円	大嶋志津子	群馬合気会 四段 神道夢想流杖道 四段	合気道は平和への道。皆が幸せになるための武道です。投げたり投げられたりしながら楽しく稽古します。

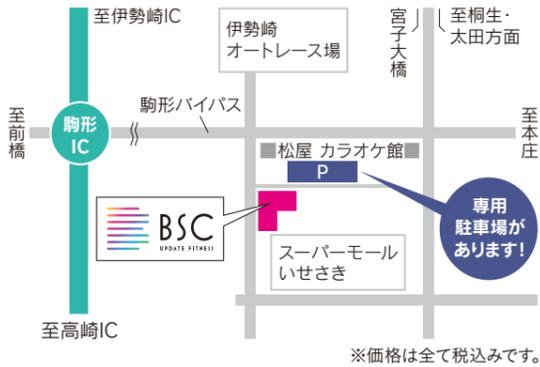
音楽クラス							
講座名	頻度	曜日	時間	月額	講師名	講師経歴	講座案内
フラメンコギター 初級	月3回	第1・2・4土	10:15～11:15(60分)	6,600円	岡岸良彰	コンポーザー/フラメンコ舞踊伴奏 経験15年以上/オカセリギター教室代表	フラメンコギター踊り伴奏。初級、中級グループレッスン。踊り手さんも招いて楽しんで一緒に学びましょう。
			11:30～12:30(60分)				
【個別レッスン】フルート	月2回	第1・3火	13:00～18:00の間(40分)	6,600円	小林 渉	武蔵野音楽大学・音楽学部・器楽学科(フルート専攻)卒業	初めての方も経験者も、優しく丁寧に指導します。憧れの曲を吹けるように、楽しいレッスンをしましょう!
フルート	月2回	第2・4木	13:00～17:00の間(40分)				
インディアンフルート	月2回	第2・4水	10:30～11:30(60分)	5,250円	清水和美	日本インディアンフルートサークル協会ディレクター 群馬社会福祉専門学校非常勤講師	北米ネイティブアメリカンに伝わる伝統の笛、どなたでも初回から心に染み入る音が響き、楽譜が読めなくても演奏可能です。

**ご入会について**

- 表面記載の新規開講予定クラスは、開講人数に達しない場合、講座を中止・延期することがございます。
- ご入会の際は、初期登録料と月謝(2カ月分)をお支払いいただきます。
- 3カ月目以降は、ご入会時に登録頂いたクレジットカードまたは口座振替にてお引落となります。

**初期登録料 2,200円**

個人情報について  
 受講申し込みの際には、氏名、メールアドレス、電話番号などのご入力をお願いしております。講座に関する連絡や、サービス向上を図る目的にて使用させていただきますが、個人情報の機密保持には万全を期しておりますので、ご協力をお願い申し上げます。



**BSC UPDATE FITNESS** **ベシアスポーツクラブ** **カルチャースクール**

〒372-0801 群馬県伊勢崎市宮子町3422-2 株式会社ベシアスポーツクラブ  
**TEL.0270-20-1330**  
<https://www.beisiasportsclub.jp/culture/>



※価格は全て税込みです。