

大石 コミュニティセンターサークル情報

※詳しくは、大石 コミュニティセンターにお問い合わせください。
(電話番号 (077)546-0890)

サークル名	活動内容の概要	活動曜日	活動週	活動時間
健康体操 自彊術	誰にでもできる健康体操です。年齢を問いません。初心者も参加可能です。	月曜	第1・2・3・4週	13時00分から16時00分
大石手話サークル	手話の学習、交流(あいさつ、日常会話など)	月曜	第1・3週	9時00分から13時00分
エアロビクス同好会	健康維持・推進、ダイエットの為のエアロビクスレッスン、筋トレ、ストレッチ体操	火曜	第1・2・3・4週	9時00分から13時00分
フォークダンスサークル シルビ	フォークダンスの練習。初心者への受入可能。	水曜	第1・3・4週 第2週	9時00分から13時00分 13時00分から16時00分
茶道サークル「和」(なごみ)	茶道裏千家。茶道を通して礼儀作法を身につけ、お互いに親交を深める。テーブルと椅子でもお点前の練習あり。	水曜	第1・3週	9時00分から13時00分
大津絵大石青海波(せいかいは)	大津絵(初心者向け)の習得と会員相互の親睦。初心者受け入れ可能。	水曜	第2・4週	9時00分から13時00分
SOB	ストレッチ・有酸素運動・筋トレなどを取り入れた体操をし、健康寿命を延ばす体づくりを目指す。	木曜	第1・2・3・4週	9時00分から12時00分
ダンススポーツ大石	社交ダンスの技術の進歩をめざし、地域の人たちと会員と共に健康な体を作る為に活動しています。	木曜	第1・2・3・4週	13時00分から17時00分
「木彫りの鳥」の会	鳥を観察、調べ、自らの目、手、感覚を使って、木から彫り出す事によって自然界の生命の尊さを体感する。更に作者の個性を尊重する。初心者大歓迎。	木曜	第3週	13時00分から16時00分