

新型コロナウイルス感染症に罹患された皆様および関係者の皆様に、謹んでお見舞い申し上げます。また、医療従事者の皆様をはじめ、感染拡大防止にご尽力されている皆様に深く感謝申し上げます。

インフォプラザでは感染リスクを一つでも減らすために様々な予防対策をとってまいります。皆様のご理解・ご協力、よろしくお願いたします。

<http://www.shinsanami.co.jp/> 問い合わせ先：0120-800-373 担当：株)シンサナミ販促室

ニコラ先生の
フランス料理教室

韓国料理店オーナーが教える
韓国料理教室

マイト先生の
世界の料理教室

ニコラ先生の
お菓子教室

シンサナミ料理講座につきましては当面のあいだ開催を見合わせております。
再開のお知らせにつきましてはHPに掲載させていただきます。
シンサナミではシンサナミ LINE 登録者限定で料理動画を公開中です。
友だち追加 お願いします。



sunday	monday	tuesday	wednesday	thursday	friday	saturday
1	2	3	4 ヨガ 10:00~11:30	5	6	7 ブテイ 10:00~13:00
8	9	10	11	12	13 ブテイ 10:00~13:00	14
15	16	17	18 ヨガ 10:00~11:30	19	20 フラダンス講座 10:00~13:00 パン 13:30~16:00	21
22	23	24 美姿勢・ 体幹トレーニング講座 10:00~12:00	25 ヨガ 10:00~11:30	26	27 新講座 macrame class 10:30~13:00	28
29	30					

パン&お菓子教室

主催：パン・お菓子教室 おひさまのたまご
講師：松浦 昭子 先生(製菓衛生士)
申込先 TEL：090-1772-0551
時間：10:30～13:30
参加費：3,300円～(基本コース)
(材料費込) 1,100円 (体験コース)
定員：6名



※持ち物：エプロン、お持帰り用袋

ビューティーフロー-yoga講座

主催：ビューティーフローヨガサークル
講師：渡辺 勢子 先生
(NPO法人日本予防医学療術協会認定ヨガインストラクター)
申込先 TEL：080-5529-7258
時間：10:00～11:00
定員：12名
参加費：1,500円 (回数券割引あり)



ブテイ講座

講師：神原 由理先生
申込先 TEL：090-1407-0099
メール：kamyuriboutis-hp@yahoo.co.jp
時間：10:00～13:00
参加費：12,000円/4回
(材料費別)
*作品により材料費、講習料は異なります
定員：4名
※体験講座あり。(4000円税込)



フラダンス講座

講師：濱中 聡子先生
申込先 URL：hoolaulima@outlook.com



時間：10:30～12:30
※申込多数の場合、時間が変更になります。
参加費：1500円～
※別途諸費用がかかる場合がございます。
定員：10名

美姿勢・体幹トレーニング講座

講師：前澤 希美先生
(カイロプラクター・美容カイロエスティシャン・健康管理士)
申込先 URL：radiance7125@gmail.com
申込先 TEL：090-2307-8769
時間：10:00～12:00
定員：6名(予約制)
参加費：1,300円



新講座 macrame class

講師：SAKI先生
申込先 TEL：080-4150-1582
メール：tsumugi.1989s@gmail.com
時間：10:30～13:00
参加費：1,500円～
※作品によって別途材料費がかかります。
定員：4名

