

# 思い立ったら 習い事をはじめよう

〈 習い事・スクール特集 〉

P.2からの続き

## フラメンコで健康的にダンス 楽しく踊って美しいスタイルを

フラメンコ  
教室



躍動感あふれるステップが特徴のフラメンコ。「体力がないと踊れなさそう」「ダンスに興味はあるけど、フラメンコはちょっと…」など、上級者向けダンスと思っているのでは？

しかし今、フラメンコを健康目的で始める方も急増しているとのこと！例えば、ステップで脚やせしたり、腰をひねる動きでクビレがきたり、楽しみながら美しいスタイルを手に入れたい人にオススメです。現役ダンサーの下山先生が丁寧に指導してくれるので、初めてでも安心。まずは体験会に参加して、その魅力にふれてみよう！

### オープン記念の体験レッスンを開催！

フラメンコ初心者はもちろん、一度もダンスを踊ったことがない人も大歓迎！新しく広いスタジオで、基本的なステップを体験してみよう！体験日は希望に合わせて調整してくれるので、まずは問い合わせを！(事前予約制。電話またはメールにて)



### 下山明子フラメンコスタジオ

神戸市灘区友田町5-2-1  
グランド六甲2F  
阪神新在家駅徒歩3分  
JR六甲道駅徒歩5分  
グランド六甲駐車場3時間サービス  
akikoshimoyamaf@gmail.com  
080-4242-7173



### MENU

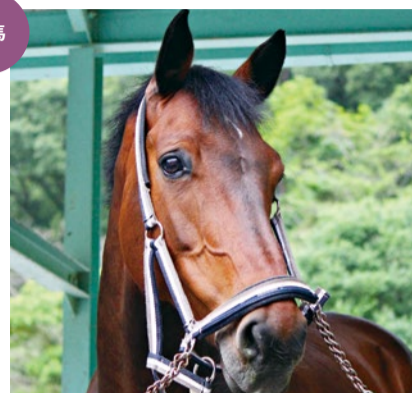
入会金.....5,000円  
月謝(60分×4回).....11,000円  
(65歳以上のシニア・学生は1,000円オフ)  
グループレッスンの他、個人レッスンも受付中。

### 特典

「シティライフを見た」で(3月末まで)  
●体験レッスン(45分).....通常1,000円→500円  
●体験レッスン後に入会すると入会金無料！

## 動物と触れ合うスポーツ 心と体の癒し効果抜群の 乗馬を始めよう

乗馬



三宮から車で20分の所にある「しあわせの村 馬事公苑」にある神戸乗馬倶楽部。運動が苦手、上手に乗れるか不安という人も経験豊富なインストラクターがマンツーマンでレッスンしてくれるので安心して楽しめる。乗馬は全身運動となるスポーツ。「健康促進」「ストレス解消」「運動不足解消」に効果的。さらに馬と触れ合うことで自然と心が安らぐ癒し効果も！屋外・屋内に馬場があり、天候に左右されず乗馬が楽しめるのも嬉しいポイント！ぜひ一度、心地の良い馬の背の揺れを楽しんでみよう。

### ここがポイント

馬からの眺めと肌で感じる爽やかな風は日頃のストレスを吹き飛ばしてくれる。「神戸乗馬倶楽部」はJR三宮駅から(しあわせの村行き66系統)バスで30分、車だと20分(駐車場有)で行ける絶好のロケーション！

### 公益社団法人 神戸乗馬倶楽部

〈コウベジウバクラブ〉  
神戸市北区しあわせの村1-4  
営/8時半~17時半 火曜定休  
078-743-1147  
http://www.kobe-rc.or.jp



### 特典

「シティライフを見た」で  
●乗馬教室4回コース(初心者向け)20,000円.....半額10,000円  
※小学4年生以上、身長140cm以上、体重80kgまでの方  
※レンタル保険料4日分(4,600円)込み！  
●ビジターレッスン(経験者向け).....6,000円  
※軽速歩出来る方、中学生以上、体重80kgまでの方  
(2019年4月29日(日)までに初回受講の方)

## 古典フラから現代フラまで 誰でも美しく楽しく踊れるフラダンス

フラダンス  
教室



同教室はフラの家元、故アロハダレリイ(初代ミスアロハフラ)の認定を受け開講。現在、主宰を引き継いだクム、ケオラ・ダレリイ(1999年ミスアロハフラ)の指導の下、本場ハワイ直結のフラを学ぶ事が出来る。初心者から経験者まで習熟度に合わせたクラスがあり、コンテスト入賞経験のある指導者が基礎から丁寧にレッスン。スタンダード曲から、今ハワイで人気のホットなフラまで取り入れる。まずは気軽に体験してみよう。

### レッスンクラス紹介

- 月曜日13時半.....ステップアップ
  - 水曜日13時.....エンジョイ
  - 水曜日19時.....★エンジョイ(月3回)
  - 木曜日7時15分.....★早朝フラ(月3回)
  - 木曜日10時/14時.....ステップアップ
  - 金曜日9時.....★モーニングフラ(月3回)
- ※★印は新規開講クラス  
※神戸学園都市、芦屋、姫路でもレッスン可能

### フラスタジオ イリケア

〈ハーラウ・ラニオケカウアナオカラー大阪〉  
西宮市甲斐園1-9-8 2階ビル4F  
(阪急西宮北口駅徒歩3分)  
受/10時~21時  
※レッスン中は電話に出られません。  
折り返しますので留守番電話に入れて下さい。

090-8142-2531  
http://www.kehaokailiea.com



### MENU

●入会金.....5,000円  
●月会費.....5,500円~8,500円  
※クラスによって料金が異なるため、要問合せ  
※プライベートクラスも受付中

### 特典

「シティライフを見た」と  
無料体験後、正式入会の方は入会金 通常5,000円→  
半額2,500円に！  
(5月末まで)

## 月謝6,800円で続けやすい 講師は優しいイギリス人

おとな  
英会話



イギリス人講師が優しく丁寧に指導してくれるので、「綺麗な発音で楽しく英語が学べる」と人気の英会話教室。初めて英会話を習う生徒がほとんどの中、継続率が高く、退会する人が極めて少ないという事に同校の人気の高さがうかがえる。クラスは朝9時から15時までと豊富。忙しい主婦でも都合に合わせて選べるのが嬉しい！また、趣味をもっと楽しみたい！と通うシニア世代も多い。興味のある人は、ぜひ一度気軽にチャレンジしてみよう。

### アイル英会話の魅力

- 月謝は続けやすい6,800円(1回50分/月4回)
- 教材費は0円
- イギリス人講師がキレイな発音で指導
- 曜日は自由に選択可能(火~土曜の豊富なクラス)
- 阪神西宮駅(エビスタ西宮)から徒歩1分
- 最大6人までの少人数制

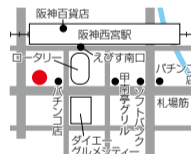
### MENU

●入会金...3,000円  
●月謝...6,800円 ※無料体験随時受付中

### アイル英会話学校 阪神西宮校

西宮市田中町5-10 NSビル2階  
受付/10時~21時  
日曜定休  
※受付は日本人スタッフが対応

0798-56-7272



イギリス出身。ロンドン・バヤル大学卒業後、様々な国で英会話を指導。フランス語、イタリア語、ノルウェーも話せる外国語大好き先生。

## ひと“足”先の衣替え フーレで周りに差がつく春支度

スクール



フーレセラピーは足で全身を優しくなでたりさすったりすることで、短時間で体温を上昇させ、身体の芯から温まるのが特長。施術後の保温効果も長持ちするので、早めの衣替えも可能な身体に！代謝が上がり身体がポカポカ温まる感覚をぜひ！

### フーレセラピーアカデミー

#### 大阪校

大阪市北区芝田1-4-8  
北阪急ビル2F  
電話受付/9時~18時  
日曜定休  
0120-3229-20

資料請求・予約・  
問合せはコチラ！



フーレで検索

### フーレセラピー無料体験会

【日程】3/14(木)・15(金)・16(土)・4/4(木)・5(金)・6(土)・5/16(木)・17(金)・18(土)  
【時間】10時~13時、13時~16時、16時~19時(各2時間)  
※完全予約・定員制(先着順)  
※スクールはいつでも入校可

TAKE FREE  
LIFE PLUS  
Homebuilding Magazine by CityLife

### 巻頭特集 「子どもの力を伸ばす家」

巻頭特集のテーマは「子どもの力を伸ばす家」。子どもたちに、自分で発見し、考え、創造する実践力を育んでらおうと活動されている方々(料理ユニットGomaのアラキミカさん、象設計集団)にお話を伺いました。

「LIFE PLUS(ライフプラス)」はスーパー、ショッピングセンターなどのシティライフ設置店  
約500店舗で手に入ります。



vol.37  
2/15号



## 自分だけのパワーストーンブレスレットを作ってみよう Pick up カクレミノ家 神戸元町店

人の運氣は気持ちの持ち様で上がったたり、下がったり。そのため、人が持つオーラも常に変化します。運氣を上げたり、願望実現にはまず自分が今どういう状態かを知る事が大切です。カクレミノ家ではお客様の叶えたい願いや、望みを丁寧にヒヤリングし、オーラリーディングでゲストにぴったりのパワーストーンブレスレットを制作いたします。今なら制作費が半額のお得な期間！一度作ってみてはいかがですか？



お客様の心と体の状態を丁寧にカウンセリングいたします。出来上がったブレスレットは一年間、浄化や紐替え無料です。



オーリングテストをしながらお客様に今必要と思われる石を選び、ブレスレットを制作いたします。ストーン同士の相性や、最適な量をアドバイスしますので一緒に作っていきましょう。

特典 「シティライフを見た」と予約の方は、  
オーラリーディング付オーダーブレスレット制作費  
通常4,000円→2,000円 ※ストーン代は別途必要(3月末まで)

神戸市中央区元町通3-8-8  
新創益ビル2階  
営/11時~19時 月曜定休  
※祝日の場合は営業 ※予約優先

078-392-0010

カクレミノ家 元町 で検索

