

コンパル 博覧会 2018 春

2018.3.2 (金) ~ 2018.3.4(日)

下記の催しの応募を1月15日(月)より先着順

で受け付けます(定員に達し次第、受付終了)
電話か窓口で、申込みワークショップ名、郵便番号、住所、受講生氏名、保護者氏名、電話番号、年齢(学年)、性別をお伝えください。

ワークショップ

A デトックスアロマヨガ

香りを使ってデトックスを促すヨガを行います。
冬の間に寒さで固まった体をのばしましょう。

日 時/3月2日(金) 19時~20時半

参加費/500円

対 象/18歳以上 定 員/20名

講 師/仲島 里佳

※妊娠中の方はお控えください

B 七島蘭でコースターづくり

国東地方で生産されている七島蘭を使って
オリジナルのコースターを作ります。

日 時/3月3日(土) 10時~12時

参加費/900円(材料費含む)

対 象/小学4年生以上 定 員/20名

講 師/岩切 千佳

C 手ごねパン教室~南仏のパン「フーガス」~

生地に胡桃やバジル、ローズマリーを混ぜこんだ
南フランスのお食事パンです。

日 時/3月3日(土) 14時~16時

参加費/1500円(材料費含む)

対 象/18歳以上 定 員/12名

講 師/姫野 恵美

D 親子英語リトミック&ひな祭り☆工作

男の子も女の子も音楽と英語でお祝いしよう!
ひな祭りにちなんだ工作もします。

日 時/3月3日(土) 13時半~15時

参加費/800円(材料費含む)

対 象/2~4歳児と保護者

定 員/15組30名

講 師/川 智子

市民スポーツデー 健康・体力測定

体力アップのアドバイスや
簡単なトレーニング指導を
行います。

日 時/3月4日(日)

シニアコース(50歳以上) 10時~11時半

ダイエットコース(30歳以上) 12時~13時半

参加費/無料 定 員/各20名

講 師/大分県地域成人病検診センター