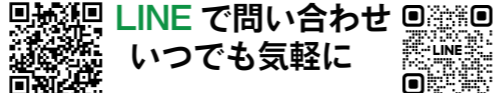




静岡朝日テレビカルチャー Web申込みは24時間受付中! 静岡市葵区鷹匠 1-1-1 新静岡セノバ5F 習い事全600講座の詳細をチェック



LINEで問い合わせいつでも気軽に

新年から新静岡セノバではじめる

習い事

新しい趣味みつけた!



●講座をご受講いただくには会員登録が必要です入会金は、大人：3,300円、中学生以下1,650円。入会事務手数料2,200円●1日講座・体験参加は入会不要●ほとんどの講座が3ヵ月毎の更新制です●施設維持管理のため維持費として、連続講座1ヵ月660円、1日講座110円別途がかかります●受講者が少ない場合や講師の事情等により、開催日を延期、開講を中止する場合があります●見学・体験をされる場合は事前にご予約ください●入会日の変更やキャンセルは、ご入金前までご連絡ください●一部の写真にコロナ以前に撮影したものを使用しています●運動やダンスなどの講座は、傷害保険に加入します。対象講座は当スクールで決定し、対象講座の受講生は全員加入となります。保険料は講座内容によって異なります。保険会社：東京海上日動火災保険株式会社

人気講座が お得な福袋に!

福袋

1 新しい私をスタートしよう! きれいな&幸せになりたいを応援パック

- 旬顔PVメイクレッスン 3/10(H)
- パーソナルカラー個別レッスン 3/24(H)
- 骨格スタイル診断 2/24(土)・3/17(H)
- みやきみえご手相&タロット占い 2/10(土)・2/11(日)

通常 39,500円相当

35,500円

福袋

2 心と体に栄養を 極上のヒーリングをあなたに...

- 点穴ヒーリング 3/10(H)
- アロマカウンセリング 3/31(H)
- 深眠タッチセラピー 1/21(H)・3/31(H)

通常 22,000円相当

20,000円

福袋

3 週末カルチャーを楽しむ 1日講座満喫チケット

1日講座の受講料の支払いに使えるチケット 33,000円分が

30,000円

※使用期限:2024.6月末 ※1,000円単位で使えます。おつりはません

今注目の! オトナ女子におすすめの新講座スタート

和服を洋服にリフォームしたい方も ミシンで洋服づくり ~初心者向けコース~



洋服初心者の方にはミシンの扱い方から指導します。「自分に似合うジャストサイズの洋服作り」を、基礎の原型づくりから学べるコースです。

第2・4(木) ①10:00~12:00 ②13:00~15:00 受講料:18,480円(3ヵ月6回分)教材費:990円(3ヵ月) 見学日:12/28・1/11、25 見学無料 国家洋裁一級技術士指導員 三輪 りき江

大好きな K-POPに合わせて楽しく運動 K-POPでダンスエクササイズ

20分ノンストップで踊るダンスフィットネス。簡単なフリとステップだからダンスが苦手な方も、自分のペースで楽しめます。

第2・4(木) 15:00~16:00 ※今期は5回 受講料:11,880円(3ヵ月6回分) 保険料:90円(3ヵ月) 事前体験会:1/11(木) 特別体験料:1,320円 ダンスインストラクター HINANO

今流行のアイドルダンスをサビだけ覚える! アイドルダンス入門

人気のK-POPグループ、J-POPグループのダンスを真似して楽しく踊りましょう! 入門クラスなのでダンス初心者さん大歓迎! 2023.10月スタートで受講生多数の早くも人気講座です!

第2・4(木)19:15~20:15 (20代以上対象) 受講料:11,880円(3ヵ月6回分) 保険料:90円(3ヵ月) 体験会:12/14、21・1/11 特別体験料:1,320円 ダンスインストラクター HINANO

2級・3級両方取得できる! パーソナルカラー活用アドバイザー養成講座

2級合格率90%以上!全5回のカリキュラム、グループレッスンにより実技トレーニングもでき、プロの指導で独学よりも確実に合格に近づけます。3級は通年、2級は奇数月に試験あり(詳細はHP)

1/21・1/28・2/18・2/25・3/17(日)10:00~15:00(昼休1H) 受講料:33,000円(3ヵ月5回) 教材費:2,200円(3ヵ月) 別途、テキスト他実費(6,105円) カラ心理アドバイザースクール「ワントゥーカラ」代表 小島 真代

話題のベリーダンスでしなやかな身体作り はじめてのベリーダンス入門

初心者向けクラススタート! 体型なんて気にせず、エキゾチックな音楽に身を任せて楽しく体を動かしましょう!

第1・3(土)19:10~20:10 受講料:16,500円(3ヵ月6回分) ※今期は5回 保険料:90円(3ヵ月) 服装:「シャツ・スパッツ、はだし」 事前・初回体験会:12/16・1/20 特別体験料:1,650円 ベリーダンスインストラクター&ダンサー A I

シャープな身体を手に入れよう! 女性のキックボクシングエクササイズ

女性が気になる部位をダイレクトに刺激! ストレス発散にもなって気持ちも軽くなります!

第2・4(土)15:30~16:30 ※今期は5回 受講料:13,860円(3ヵ月6回分) 保険料:90円(3ヵ月) 事前体験会:1/13(土) 特別体験料:1,320円 Mエタ日本チャンピオン・タレント格闘技ジム-REDLINE-トレーナー 森 篤嗣 他

ついに会えた! 私を元気にする習い事

お好きなほうをお選びください 水彩画・アクリル画を描こう!

県内出身の画家で香港やアメリカなどグローバルに活躍中、楽しく学べると好評のクラスです。初心者の方や筆をとるのが久しぶりの方もまずは手ぶらでOK体験から。

第2・4(水)10:00~12:00 受講料:13,200円(3ヵ月6回分) 教材費660円 初回道具代10,000円程度 体験日:12/27、1/10、1/24 体験料:2,640円 画家 持塚 三樹

祈りの気持ちを書きこめて... はじめての水彩写仏

講師の描いた下絵になぞるところから心を込めて描いてみましょう。絵を描くことが初めての方でもOKです。仏さまの性格を理解して、描くポイントを指南します。

第2・4(火)13:30~15:30 受講料:14,520円(3ヵ月6回分) 教材費:2,640円 初回道具代4,500円程度 見学日:12/26、1/9、1/23 見学無料 仏画アーティスト 榊原 望

NEW 2/16 スタート 体質を知り、自然のリズムで輝く健康! アーユルヴェーダ入門

アーユルヴェーダの体質チェックで自分に合った健康法を学び、心身のバランスを整えます。

- アーユルヴェーダと体質診断
- 体質にあった健康法
- 実践編(オイルを使ったトリートメントSPA)

第3(金)10:00~12:00 2/16・3/15 受講料:5,500円(2ヵ月全2回) 教材費:300円 事前体験会:1/19(金) 体験料:3,520円(教材費込) アーユルヴェーダ美生塾 代表 石原 みほ

癒しと創作の自分時間を始めよう! 手びねりの陶芸教室

手びねりや、手ろくろを使って、カップ・茶碗・皿・花器など、形が出来上がったら、絵付けや色つけをして仕上げます。

第1・3(水)13:00~15:30 受講料:13,200円(3ヵ月6回分) 初回道具代:5,500円程度 粘土焼成代:6,000円程度(3ヵ月) 見学日:1/17・31 見学無料 陶芸家、陶芸呑舟庵講師 清水 知子

寝つきが良くなった! 睡眠の質が上がった! はじめてのヴェディックヨガ

個々の生活習慣の癖を発見しながら詰まったものを流して身体を整えていきます。哲学的な学びをしながら疲れ知らずの体を手に入れましょう!

第1・3(土)13:00~14:30 受講料:12,540円(3ヵ月6回分) 保険料:90円(3ヵ月) 体験日:12/9、16・1/20 特別体験料:1,650円 ヨガインストラクター Yuki

あなたの仙骨歪んでいませんか? 背骨コンディショニング

骨盤の中央にある仙骨は背骨を支える体の要! 女性機能の働きにも影響大。仙骨を整えることは、体を整えるのにとっても重要です。今年こそ、腰痛・肩こりにサヨナラしたい方もおすすめ!

第2・4(土)13:30~14:30 受講料:9,900円(3ヵ月6回分) 保険料:90円(3ヵ月) 事前体験会:12/9、23・1/13 特別体験料:1,650円 背骨コンディショニング協会インストラクター 藤伊 真由花

NEW 2/3 スタート 40歳過ぎたらなんとなく不調続き... 漢方・薬膳で「なんとなく不調」を改善しよう

季節に合った食事や身体の整え方など中国伝統医学の考え方を基礎から学ぶ入門クラス。日々の暮らしを見つめ直し、自分の体と向き合ってみませんか。

第1(土)12:30~13:40 受講料:12,100円(5ヵ月全5回) 教材費:5,775円(5ヵ月) 特別1日講座! 入会前にお試ください! 詳細はHP 1/6(土)「はじめての漢方と新年の身体リセット漢方粥の会」 中国伝統医学薬学研究会主宰、静岡県立大学非常勤講師 王 元武

NEW 1/11 スタート 姓名は生まれてから受け取る最初のギフト 姓名判断でわかる! 自分の宿命

生年月日と同じ名前にはあなただけの宿命が存在します。本来の自分と同じ生き方をしているか答え合わせをしませんか? 人間関係や仕事の悩みの解決に繋がることも。

第2・4(木)13:00~14:30 受講料:39,600円(6ヵ月全12回) 教材費:実費 4,400円 算命学・姓名判断講師 鷹匠

空き時間はHPをチェック! 45分プライベートレッスン NEW 1/16 スタート ヨガ PV

ヨガインストラクター TOMOMI 第1・3(火)10:00~11:00 事前体験会:12/19・1/9(火) 特別体験料:2,200円

NEW 1/9 スタート ピラティス PV ヤマスポーツクラブ 山本 明美 第2・4(火)17:00~17:50 事前体験会:12/26(火) 特別体験料:2,200円 各受講料:29,700円(3ヵ月6回分) 保険料:90円(3ヵ月)

NEW 2/12 スタート プラスαで月1レッスン取り入れませんか? アロマでリラックスヨガ

心地良い香りに包まれながら、初心者も安心して楽しめるゆったりリズムのヨガ。その月に合った香りを講師がセレクトします。睡眠の質も向上!

第2(月)10:00~11:00 受講料:6,930円(3ヵ月3回分) 保険料:90円(3ヵ月) ※今期は2回 事前体験会:1/8(月) 特別体験料:1,650円 ヨガインストラクター、AEAアロマセラピーインストラクター 明 由佳

1日 スマホでできる 売れる写真の撮り方と加工の仕方

インスタ・メルカリ・minne等SNSで目を引くオシャレ写真を撮影するテクニックを学びましょう。実践を交え、撮った写真をプロが丁寧にアドバイスします

①小物編 1/28(日) ②洋服編 2/18(日) 各日10:00~16:00(昼休1H) 受講料:16,500円 日本広告写真家協会(APA)会員 小南 善彦

NEW 1/9 スタート みんなが笑顔になれるお菓子作り ちょっぴり低糖質な幸せスイーツ作り

糖質にこだわる方も楽しめる、材料にこだわった安心スイーツ作りを楽しみましょう!

1/9 おはぎ 2/13 大豆粉ガトーショコラ 3/12 カラフル黄身時雨 (火)10:00~12:00 受講料:8,250円(3ヵ月全3回) 教材費:4,950円(3ヵ月) 栄養士、製菓衛生師 ひらばやし むつみ

NEW 1/19 スタート 悩み多き女性に寄り添う優しいピラティス 女性の為のピラティス

指導歴20年以上の講師による待望のNEWクラスが誕生! 産後や年齢を重ねた身体は不調がいついっばい! 丹田(たんでん)強化トレーニングで自分をコントロールできる身体にしていきましょう。

月3(金)9:50~10:50 受講料:17,820円(3ヵ月9回分) 保険料:90円(3ヵ月) 事前体験会:1/12(金) 特別体験料:1,100円 ヤマ・スポーツクラブ 山本 明美

NEW 入会不要 新NISAも詳しく解説します! 投資の学校~入門~

受講生70名以上! 投資のプロがあなたにあった資産運用方法をお伝えします。賢く、リスクの少ない運用術を学びましょう。

①第1・3(月)19:00~20:00 1/29スタート ②第2・4(火)13:00~14:00 1/23スタート ③第1・3(土)10:00~11:00 1/20スタート 受講料:各11,550円(3ヵ月全5回) 事前体験会:①1/15(月)、②1/19(火)、③1/16(土) 特別体験料:1,100円 ストラテジスト 気象データアナリスト 渡邊 希史

NEW 1/31 スタート 脳がいきいき返る! 1本指からでOK 脳トレピアノ

歌って、弾いて脳を活性化! ゲーム感覚で楽しめる内容です。笑顔の時間を一緒に過ごしましょう。(お友達同士・夫婦ペア参加OK) ピアノとキーボードを使用します!

第1・3(水)【30分個人】 10:30~11:00 / 11:00~11:30 受講料:17,160円(3ヵ月6回分) ※今期は5回 事前体験会:1/17(水) 特別体験料:2,200円 東京音楽大学、脳トレピアノエグゼクティブ講師 中野 恵子

セノバで仲間と世界を旅しよう

3年ぶりの、完全入門クラス！ NEW 2/3 スタート フランス語で旅をしよう

超初心者月2回クラススタート！ NEW 1/8 スタート 中国語超入門

プロコーチ竹内があなたをフルサポート NEW 1/14 スタート 英語脳育成PVレッスン

平日AMコースが久しぶりに新規開講！ はじめてさんの韓国語入門

ネイティブ人口は世界2位！ スペイン語入門

とにかくゆっくり、丁寧に学びたい 60代から始める一番やさしい英会話

通う楽しみ、ここにあり。 おとなの習い事

懐かしのうたごえカフェ NEW 1/31 スタート

癒しの整膚健康法 NEW 1/31 スタート

最高級の食材を味わい尽くそう 1日 くえを味わうフルコース

いざという時に慌てなくても大丈夫！ 1日 これであんしん！相続税対策と遺言書

未来を見据えた時代に合った新しい教育があります 無料体験会受付中！

強豪ダンス部出身の講師から学べる！ NEW 1/27 スタート 中高生のK-POPダンス

地頭を鍛えて賢いこどもに育てる！ NEW 1/27 スタート 脳トレピアノ® Kids

憧れのショーダンサーになった気分で テーマパークダンス

名作を声に出して味わいましょう 朗読の部屋

歌って吹いて健康に♪ やさしい鍵盤ハーモニカ

指一本で弾けるから、弾き語りができる！ 一五一会場でフォークソングを歌おう

こどもの習いごと 週末はセノバで習い事が便利♪ 書道・ダンス・イラスト...etc 40講座以上の詳細はHPをチェック！

楽しく足を動かして脳もイキイキ！ HIRO先生と楽しむタップダンス

みんなで励ましあって、楽しく！ みんなで60代からのやさしい筋肉づくり体操

日々の暮らしの延長線に。色鉛筆画を描こう