

講座案内

キャンペーン期間中 カルチャー講座 65歳以上の方入会金無料! ※年齢確認のための公的証明書を
ご提示ください。

全講座入会金 半額
通常価格5,400円→2,700円
秋の新講座 おすすめ講座 入会金無料

体験費 1,080円

体験当日のご入会で体験費 キャンシュバック!

*教材費が別途かかるものもございます。

*新講座は開講確保人数に満たない場合、キャンセルバック対象外となります。

光と影の透明水彩 新講座

季節の風景、花や静物のある窓辺など、光と影の溢れる様々なシーンを透明水彩で描きます。初めての人も大歓迎です。
●第2(水)13:00~15:00
●受講料/2,160円 入会金無料
●教材費/324円

11月11日(水)スタート

一日体験講習会
10/14(水) 体験費1,080円
教材費216円
講座説明+プチ水彩体験

●講師/塩谷 真理子

初めてでも気軽に! フォークギター弾き語り基本講座 新講座

フォークギター弾き語りを初歩から楽しく。譜面が苦手でもOK!
10月2日(金)スタート

一日体験講習会
9/18(金) 体験費1,080円
講師紹介と実演。ご相談会。

●第1・3(金) 10:30~12:00 入会金無料
●受講料/4,320円
●講師/K&K(けい太とこう太)

初めてでもマイペースで! フォークギター弾き語り入門(30分個人レッスン) 新講座

フォークギター弾き語りの基本をあなたに合わせたペースでアドバイス致します。
10月2日(金)スタート

一日体験講習会
9/18(金) 体験費1,080円
講師紹介と実演。ご相談会。(要予約)

●第1・3(金) 13:00~15:00 入会金無料
●受講料/4,860円
●講師/K&K(けい太とこう太)

脳も活性化! 中高年から始めるらくらくピアノ® 新講座

「これなら弾ける!」と大好評。指数字とカナ付楽譜で気軽にピアノが弾けます。
10月3日(土)スタート

一日体験講習会
9/19(土) 体験費1,080円
講師面談とレベルチェック(要予約)

●第1・3(土) 10:30~15:00
●受講料/4,320円~(初級)
●テキスト代別途 入会金無料

●講師/加藤 あきこ

楽しく気軽に始めよう はじめてのきり絵 新講座

気軽に楽しみながら、こつこつ地道に技術と経験を重ねてみませんか。
10月20日(火)スタート

一日体験講習会
9/15(火) 体験費1,080円
教材費240円
コスモス

●第3(火)13:00~15:00
●受講料/2,160円 入会金無料
●講師/石井 日出男

言葉のよこび はじめての短歌 新講座

実作指導と、実作のための知識などをご指導致します。
10月28日(水)スタート

一日体験講習会
9/30(水) 体験費1,080円
教材費108円
実作を指導します

●第4(水) 13:00~15:00 入会金無料
●受講料/2,160円
●教材費/108円

●講師/森本 平

2016年 改運で良い年に! 正統風水講座 新講座

風水で改運! 2016年の良い運氣を呼びこみましょう。テレビ・ラジオ・雑誌の出演や監修も多数に及ぶ森松先生の風水講座です。
10月16日(金)スタート

一日体験講習会
9/18(金) 体験費1,080円
教材費108円 パワー石のプレゼントあり

●第3(金) 10:30~12:00 入会金無料
●受講料/2,160円
●材料費/216円

●講師/森松 長勇

シニアのための英会話個人レッスン(30分個人レッスン) 新講座

英会話が初めてで不安な方も個人レッスンなので、自分のペースで基礎からゆっくり学べます。初心者から上級者まで、丁寧に指導いたします。
10月8日(木)スタート

一日体験講習会
9/24(木) (時間要予約)
体験費1,080円 ゆっくりと楽しむ

●第2・4(木) 10:15~14:30 入会金無料
●受講料/4,320円
●テキスト代別途

●講師/福島 美恵子

作る楽しみ、使う楽しみ クラフトバンド教室 新講座

紙テープのかごや雑貨作り。初めてのでも素敵な作品が作れます。
10月27日(火)スタート

一日体験講習会
9/22(火) 体験費1,080円
教材費700円
リメイクかごバック

●第3(火)10:15~12:15 入会金無料
●受講料/2,160円
●教材費別途

●講師/千葉 真由子

美しく華やかな フランス刺繍&ビーズ刺繍 新講座

初めての方でも色どり豊かなフランス刺繍にビーズをあわせて、小さな物から簡単に始められます。
10月15日(木)スタート

一日体験講習会
10/1(木) 体験費1,080円
教材費1,080円
ピンクッション

●第1・3(木) 10:15~12:15 入会金無料
●受講料/4,320円
●教材費別途

●講師/安達 あつ子

透明なガラスが色ガラスに变身 グラスアート 新講座

スタンドグラスを作りたいけど難しそう、と思う方に最適のクラスです。どなたでも楽しめます。
10月15日(木)スタート

一日体験講習会
9/17(木) 体験費1,080円
教材費1,925円
バラのフォトスタンド

●第3(木) 10:15~12:15 入会金無料
●受講料/2,160円
●教材費別途

●講師/草部 睦子

中山みどり監修 羊毛フェルトで愛犬・愛猫を作ろう (全3回) 新講座

世界にひとつだけの本物そっくりの愛犬や愛猫を手作りませんか? 毛色はオリジナルでお作りします。(3回で1体)
10/28・11/25・12/23(水) 13:00~16:00

●第1・3(水) 10:30~11:45 入会金無料
●受講料/9,720円(全3回)
●教材費/3,890円(全3回)

●講師/やぎ ともこ

シニアのためのエアロビクスダンス 新講座

リズム良く体を動かして気持ちをスカッとリフレッシュしましょう!
10月2日(金)スタート

一日体験講習会
9/25(金) 音楽に合わせて行う有酸素運動

●第1・3(金) 14:00~15:15 入会金無料
●受講料/4,320円

●講師/木原 優子

月1回で無理なく楽しく! やさしいリズム体操 新講座

健康でいつまでも働ける身体作りを目指します。肥満防止、筋力維持等の運動もリズムに乗って楽しく行きます。
10月27日(火)スタート

一日体験講習会
9/22(火) 体験費1,080円
やさしい体操

●第4(火) 10:15~11:30 入会金無料
●受講料/2,160円
●ボール代/800円

●講師/Yumix

楽しくタップで健康維持! 腰掛タップダンス® 新講座

三洋電機(株)元会長の井植敏氏が考案した、今話題の椅子に腰掛けたままのおしゃれなタップダンス。つまづき、転倒防止にぴったりの健康維持法をご一緒に!
10月7日(水)スタート

一日体験講習会
9/16(水) 体験費1,080円

●第1・3(水) 10:10~11:10 入会金無料
●受講料/4,320円

●講師/太田 明美

60才からはじめる 元気イキイキヨーガ 新講座

体のこわばりをとる60才からの元気になるヨーガを始めましょう。
10月7日(水)スタート

一日体験講習会
9/30(水) 体験費1,080円

●第1・3(水) 10:30~11:45 入会金無料
●受講料/4,320円

●講師/倉持 早樹子

この秋オススメ!9講座

誰でもできる簡単体操 腰・膝ピラティス 新講座

腰(すべり症・椎間板狭窄)膝の痛みをピラティス(リハビリ)で改善させていただきます。
9月27日(日)スタート

一日体験講習会
9/13(日) 体験費1,080円

●第2・4(日) 11:25~12:25 入会金無料
●受講料/4,320円

●講師/野島 裕子

おつとめ帰りにリフレッシュヨガ 新講座

パソコン作業や空調の効いたオフィスでの疲れ、冷えた身体をリセット、呼吸法とゆっくりした動きでゆがみを取り除きます。
10月8日(木)スタート

一日体験講習会
9/24(木) 体験費1,080円
心身を調整へ導きます

●第2・4(木) 20:00~21:15 入会金無料
●受講料/4,320円

●講師/リオ三輪香織

休日のリフレッシュ ストレッチ&バレエ おすすめ

素敵な音楽に合わせて柔軟な体と美しい姿勢を目指してレッスンしましょう。
9/6(日) 体験費1,080円

●第1・3(日) 16:30~17:30 入会金無料
●受講料/4,320円

●講師/吉原 夏生

似合う色でさらに輝く!若返る! パーソナルカラー講座 (全3回) 新講座

1対1でじっくり自分に似合う色を診断できます。どんな色がステキな印象を与えられるのか、おしゃれを楽しみましょう。(30分個人レッスン)
10/7・11/4・12/2(水) 11:00~16:00

●第1・3(水) 10:30~12:00 入会金不要
●受講料/9,720円(各3回)
●教材費/108円(3回)

●講師/佐藤 幸恵他

足腰の衰えを感じるシニアのためのポールウォーキング (全3回) 新講座

ポールを使うことでバランスがし、しっかりと歩幅が歩けるようになります。
9/17(木) 体験費1,080円
ポールレンタル代432円

●10/1・11/5・12/3(水) 10:30~12:00 入会金不要
●受講料/4,860円(全3回)
●ポールレンタル代/1,296円(全3回)
●保険代/648円

●講師/渡邊 勝六

日常に役立つ美しい文字を! 夜の筆ペン&ボールペン字 新講座

文字のルールを知ることで、字は確実に変わります。美文字をめざそう! 資格取得も可能です。
10月7日(水)スタート

一日体験講習会
9/2(水) 体験費1,080円
教材費108円 住所名前を書こう

●第1(水) 19:00~21:00 入会金無料
●受講料/2,160円

●講師/木下 朋子

暮しを彩るフルーツアート®入門 (全3回) 新講座

ベティーナイフ1本で身近なフルーツが「おもてなしのフルーツ」に变身! フルーツアート®の入門レッスンです。
10/9・11/13・12/11(金) 19:00~21:00

●第1・3(金) 19:00~21:00 入会金不要
●受講料/9,720円(全3回)
●教材費/1,620円(全3回)

●講師/宮脇 葉月

はじめての英会話 おすすめ

日本語と英語の違いから、英会話攻略を目指しましょう。
9/15(火) 体験費1,080円

●第1・3・4(火) 19:15~20:30 入会金無料
●受講料/6,480円
●教材費/51円

●講師/石山 裕己

美しく健康に! リンパセラピー講座 (全6回) 新講座

老廃物を排出し免疫力を高めるリンパセラピー。ごなたにも完全に出るよう、基礎から指導します。
10月17日(土)スタート

●第1・3(土) 10:30~12:00 入会金不要
●受講料/12,960円(全6回)
●教材費別途

●講師/佐藤 房子

就職・転職に役立つ! 調剤薬局事務講座 (全6回) 新講座

調剤報酬の算定方法や医療保険制度、業に関する知識を学習します。講修後はSMA(技能認定振興協会)認定「調剤薬局事務士」技能認定試験の受験も出来ます。(受験料別途)
10/4(日)10:30~11:30

●10/18・25・11/1・8・15・22(日) 10:30~13:30 入会金不要
●受講料/41,300円(全6回)
●教材費/5,200円(全6回)

●講師/関ノ上 専任講師

ヨーロッパフラワーアレンジメント おすすめ

初心者の方から資格を目指す方まで、四季の花々を豊富に使い1回で大小2種類のアレンジを楽しんでいただけます。
9/23(水) 体験費1,080円
教材費2,160円

●第4(水) 18:45~20:45 入会金無料
●受講料/2,700円
●教材費別途

●講師/星野 美佐子

楽しく童謡唱歌を歌いましょう おすすめ

童謡・唱歌・フォークソングなどの懐かしい歌を皆さんとコーラスで歌うクラスです。初めての方、楽譜の読めない方も大丈夫。お気軽にご参加ください。
9/9(水) 体験費1,080円

●第2・4(水) 10:30~12:00 入会金無料
●受講料/4,320円
●楽譜コピー代別途

●講師/宮地 里実

楽しく学ぶドラム教室 おすすめ

●第1・3(月) 18:00~19:00(中学生) 19:00~20:00(初級) 20:00~21:30(一般) 入会金無料
●受講料/4,320円
●楽器使用料/540円

●第1・3(月) 18:00~19:00(中学生) 19:00~20:00(初級) 20:00~21:30(一般) 入会金無料
●受講料/4,320円
●楽器使用料/540円

●講師/大久保 由

今、大注目の資格を学ぼう ダイエット検定2級取得対策講座 (全3回) 新講座

正しいダイエット知識の学習が可能。最終日にはダイエット検定2級を受験!
10/11・11/8・12/13(日) 10:30~12:30

●第2・4(日) 14:00~15:40 入会金不要
●受講料/9,720円(全3回)
●検定テキスト代/2,160円
●受験料(認定証込)/6,480円

●講師/Hikky

一認定証授与+心理カウンセラー資格養成講座入門 (全10回) 新講座

育児や人間関係、仕事やボランティアなどに活かせる新しい技術です。自己回復やプロを目指す方にも最適。認定証を授与。
9/27(日) 体験費1,080円
カウンセリング体験など

●第2・4(日) 14:00~15:40 入会金不要
●受講料/21,600円(全10回)
●初回資料代/1,620円

●講師/金澤 朋幸

セブンカルチャークラブ伊勢原

テニススクール

体験レッスン実施中!! 0463(92)3644

テニス秋の会員募集 9/1(火)▶11/30(月)
キャンペーン

全コース

入会金
無料

体験費
1,080円

体験当日の
ご入会で体験費
キャッシュバック!

※体験レッスンの参加は予約制です。

駅から
徒歩2分!
イトーヨーカドー駐車場
5時間無料!



- 楽しくテニスができる
セブンカルチャークラブの4つの安心
- 1 少人数の初心者クラスで
テニスが初めての方も
安心です。
 - 2 レッスは**当日振り替え可能**
(しかもWEBで24時間対応)
だから急な用事が入っても安心
 - 3 **道具がなくても安心**
ラケット・シューズは3ヶ月間
無料レンタル
 - 4 駅から**徒歩2分**
駐車場は**5時間無料**
シャワー、ロッカー**完備**

ITF(国際テニス連盟)の指導法
PLAY+STAY!!

テニスの醍醐味はやはりゲーム、PLAY+STAYなら、始めてすぐに**テニスを楽しめます!**テニスはラケットを使うことで、お客様の運動機能を開発することができ、**個人競技で自分で考えて動くため、自己表現が豊かになる効果**があります。友達やライバルもできやすく、**協調性やチャレンジ精神も**育むことができます! ご家族みんなで、Enjoy Tennis!!

タイムテーブル

時間	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	時間	土曜	時間	日曜
9:30~11:00 Ejは10:30まで	Ej BC		ABC	ABC	Ej BC	9:00~10:30	ABC	9:00~10:30	ABC
11:00~12:30	ABC		ABD	ABC	ABC	10:30~12:00	ABC	10:30~12:00	ABC
12:30~14:00						12:00~13:30	CD	12:00~13:30	CE
14:00~15:30	CD		BC	BD	BD	13:30~15:00	DE	13:30~15:00	ABD
16:30~17:30 Kidsは17:10まで	Jr1 Jr2 Kids		Jr1 Jr2 Kids	Jr1 Jr2 Kids	Jr1 Jr2 Kids	15:00~16:00 Kidsは15:40まで	Jr1 Jr2 Jr3 Kids	15:00~16:00 Kidsは15:40まで	Jr1 Jr2 Jr3 Kids
17:30~18:30 JrTは18:45まで	Jr2 Jr3 JrT		Jr2 Jr3 JrT	Jr2 Jr3 JrT	Jr2 Jr3 JrT	16:00~17:00 Kidsは16:40まで	Jr1 Jr2 Jr3 Kids	16:00~17:30 Kidsは16:40まで Jr3は17:00まで	St1 Jr3 Kids
18:45~20:15	ABC		St1 BC	St1 BC	St1 BC	17:00~18:30 JrTは18:15まで	St1 St2 JrT	17:30~19:00 JrTは18:45まで	St1 St2 JrT
20:15~21:45	CD		ABC	ABD	ABC	20:15~21:45	ABC		ABC

※3月度、7月度、10月度は5回レッスンとなり会費も月5回分となります。※料金にはテニス保険が含まれます。※Jrトーナメントクラスは75分レッスン。料金はお問合せください。※表示の価格は全て消費税8%込です。

クラス	50才以上を対象 (60分1レッスン) エンジョイクラス	平日の昼間を対象 (90分1レッスン) 平日クラス	平日の18:45以降 及び土日を対象 (90分1レッスン) 土日ナイトクラス	年少・年中・年長 対象 (40分1レッスン) キッズクラス	小学生を 対象 (60分1レッスン) ジュニアクラス	中学生を対象 (90分1レッスン) ジュニア スチューデント クラス	中学生を対象 (90分1レッスン) スチューデント 一般クラス
入会金	4,320円(退会時まで有効)※再入会の場合は1,080円						
週1回 (月4回)	6,480円	8,100円	9,180円	5,400円	5,940円	7,020円	8,100円
週2回 (月8回)	13,500円	15,660円	16,660円	8,640円	9,720円	11,340円	13,500円

一般クラス: E, A, B, C, D, E, Kids, Jr1, Jr2, Jr3, JrT

キッズジュニア中学生クラス: Kids, Jr1, Jr2, Jr3, JrT

施設概要: ●砂入り人工芝コート/2面+練習用 ●ナイター施設 ●ロッカールーム+シャワールーム

レンタル用品: ●ラケット・シューズ...各108円/1回 ●ラケットロッカー...756円/1ヶ月 ●ロッカー使用料...無料

入会後3ヶ月間 **レンタル無料**

秋は外で学ぼう! 屋外講座! 現地集合・解散 ※詳細は受付まで

初心者限定!競馬入門 (新講座 全2回)

競馬の魅力や予想の仕方を全2回の日程で段階的にわかりやすくレクチャーします。来賓室での観戦(1日目)や博物館見学、普段は入ることのできないバックヤードツアーなど、内容盛りだくさんです!

10/18(日) 12:30~17:00
10/25(日) 11:00~17:00
5,940円(全2回)
(教材費、2日目昼食代含む)
保険代432円
場所/東京競馬場

入会金・設備費不要
講師/中央競馬ピーアール・センター講師

山手線ぐるっと全駅さんぽ (新講座 全3回)

大人の満足

10/13(火) 品川駅の巻~御殿山庭園から品川神社~
11/10(火) 大崎駅の巻~アートヴィレッジから戸越銀座~
12/8(火) 五反田駅の巻~ねむの木庭から島山記念館~

10:00集合
9,720円(全3回) 保険代648円

入会金・設備費不要
講師/千本木 亨雄

少ずつ歩く東海道 (新講座 全3回)

自分の足で京都まで

東京~京都間の旧東海道を歩きます。日本の歴史と文化を築いた道で、人生に一度の小さな大冒険。

10/24(土) 日本橋~北品川
11/28(土) 北品川~蒲田
12/26(土) 蒲田~生麦
*平成28年1月以降も続きます。

9:30集合
9,720円(全3回)
保険代648円

無料説明会(要予約)
10/4(日) 14:00~15:00

入会金・設備費不要
講師/岡本 永義

古地図で歩く江戸城外堀 (スペシャル 全5回)

時間を越えた江戸散策

10/17(土) 堀留橋~東京駅八重洲口
11/21(土) 東京駅八重洲口~溜池山王
12/19(土) 溜池山王~四ツ谷
1/16(土) 四ツ谷~水道橋
2/20(土) 水道橋~柳橋

9:00集合
13,500円(全5回)
保険代1,080円

入会金・設備費不要
講師/岡本 永義

各講座とも受講料とは別に設備費として216円/月をいただきます。また、予約を含め定員まで先着順に承ります。※表示価格は税込

自宅で学べる英会話!
オンライン英会話(マンツーマン/キッズ・大人) (在宅レッスン)

〈月10回コース〉4,860円(税込)
〈月20回コース〉9,223円(税込)
〈月30回コース〉12,960円(税込)
〈毎日1レッスンコース〉6,300円(税込)
〈毎日2レッスンコース〉11,500円(税込)

- 1回25分・予約制
- 目的別各種カリキュラムあり
- 無料体験レッスンあり
- (Webで直接お申込)

★入会金不要★
詳しくは culture-online.co.jpへ ●講師/カルチャーオンライン英会話専属講師

「セブンカルチャークラブ伊勢原」は、セブン&アイHLDGS. のカルチャースクールです。

セブンカルチャークラブ伊勢原

イトーヨーカドー伊勢原店 5F・屋上
営業時間(受付時間) 10:00~21:00 年中無休
TEL:0463(92)3644

伊勢原駅徒歩2分 駐車場完備

モバイルはこちら