

1月～3月のサークル
参加募集

お申し込みは、**11月25日(金)**より
本館3F LaLa Clubルーム受付にてスタート

受付時間

10:00～17:00
月～金(土日祝除く)

※受付時間は変更となる場合がございます。

- 講座当日のお申し込みは承れません。
- お電話でのご予約・お申し込みは承れません。
- お支払いは現金のみになります。

感謝の気持ちをこめて 〈最後のおすすめ講座〉

オープンから約16年間、LaLa Clubは多くの皆様に支えられながら講座を開催して参りましたが、2023年3月末をもちまして、営業を終了させていただくことになりました。長きにわたり賜りましたご愛顧に心より感謝申し上げます。引き続き2023年3月までお楽しみいただけましたら幸いです。スタッフ一同皆様のお越しを心よりお待ちしております。

1回 シーズナルレッスン アーティフィシャルフラワー

ミモザのアーティフィシャルフラワーを使ったスペシャルレッスンです。お部屋のインテリアとしてパースタイルのアレンジをお楽しみください。春のギフトとしてもお勧めです。

日 2月17日(金) 時 10:30～12:00
受 1,500円
教 3,000円(申込時にお預かりいたします)
定 12名
講 FLOWER DESIGNER さいとうようこ



※作品イメージ

1回 やさしいカルトナーージュ

初めてさんでも大丈夫。お好きな色を選んでやさしいレシピでインテリア小物を作ります。

日 ①1月13日(金) ②2月3日(金) ③3月3日(金)
時 10:30～12:30
受 1,300円(各回)
教 リポントレイ(ミニサイズ厚紙キット付き) 3,000円
ベルメル 3,200円
定 8名
講 Atelier Petite Boite 小川陽子



※作品イメージ

1回 大人の手芸教室 H'sサロン

レース編み、デコパージュ、ファブリックペイント等で、素敵な小物を作っています。手芸が好きな方、一緒に楽しみましょう。

日 ①1月10日(火) ②1月24日(火) ③2月28日(火) ④3月28日(火)
時 10:30～12:30 受 1,800円(各回)
教 ※作品によって異なります 定 8名
講 Studio HIRO主幸 長南裕美



※作品イメージ

1回 ～作る楽しみ、使う楽しみ～ カルトナーージュ

厚紙に布や紙を貼って小物に仕立てるカルトナーージュ。カードケースやインテリア小物など、お好きな作品を選んで作ります。

日 1月17日(火) ①10:30～12:30 ②13:40～15:40
2月14日(火) ③10:30～12:30 ④13:40～15:40
3月14日(火) ⑤10:30～12:30 ⑥13:40～15:40
受 1,500円(各回) 教 1,500円～(レシピ付) 定 8名
講 Atelier Petite Boite 小川陽子



※作品イメージ

3回 鳥獣戯画から始める 楽しい筆ペンイラスト

気軽に筆ペンでイラストを描いてみませんか? 人気の鳥獣戯画のなぞり描きで筆ペンの使い方をマスター。花やスイーツなど身近なモチーフにも挑戦してみよう!

日 1月18日(水) 2月1日(水)
3月1日(水)
時 10:30～12:30
受 6,000円(全3回)
教 450円 定 8名
講 イラストレーター 村西恵津



※イメージ

1回 ～毎日いつでも～ アロマと暮らそう

1月12日(木)
トリートメントオイル

アロマで体質改善! 東洋と西洋の自然療法によるチェックシートであなたの体質を知り、バランスを整えるためのアロマブレンドオイルを作ります。

教 1,500円
時 13:00～14:30 受 1,500円(各回) 定 8名



※イメージ

2月9日(木)
バスミルク

森林の香りでリラックスバスタイム～日本の森林から採れる精油を使ったバスミルクでお風呂時間が森林浴に早変わり。なかなか触れる機会が少ない日本の精油をご紹介します。

教 1,500円



※イメージ

3月9日(木)
ルームコロン

お部屋で森林浴はいかがですか? 日本の森林から採れる精油を使ってルームスプレーを作ります。香りを楽しむ以外にも、抗菌作用などたくさんの効果が期待できます。

教 1,500円



※イメージ

※各回ごとのお申込みとなります。

LaLaClub会員様限定! お得な特典

- ① LaLa Clubは入会金・年会費無料
- ② 受講当日の駐車場が2時間無料
- ③ 受講料に対し、三井ショッピングパークポイント付与

学ぶ

1回 1回 1回 KIDSバレエ

クラシックバレエの基本姿勢から丁寧に指導いたします。バレエを始めてみたいお子様、柔軟性・リズム感・成長期に合った身体作りを身につけたいお子様にお勧めします。

日 [1月クラス] 1月17日(火) 1,000円
[2月クラス] 2月7日(火) 1,000円
[3月クラス] 3月7日(火) 1,000円
時 16:30～17:30 定 各クラス10名
講 未来の葉 バレエスタジオ主幸 Mieko 対象: 年中～小学生(お1人で参加出来るお子様) ※各月ごとのお申込みです。



※イメージ

1回 やさしいヨガピラ

ヨガの動作とピラティスの動作をバランス良く取り入れたクラスです。ヨガで筋肉や関節を伸ばし、柔軟性のあるしなやかな身体づくり…ピラティスで体幹を強化して引き締まったボディをめざします。

日 ①1月18日(水) ②2月1日(水) ③2月15日(水)
④3月1日(水) ⑤3月15日(水)
時 10:30～11:45 受 1,500円(各回) 定 10名
講 健康運動指導士 全米ヨガアライアンスRYT200 よしみ



※イメージ

1回 姿勢美人 大人はじめてバレエ

大人からはじめても遅くなんかない! 体幹が鍛えられるのと同時に、所作や姿勢が美しくなります。心身のバランスを整え、代謝を良くして心軽やかに過ごしましょう。

日 ①1月16日(月) ②2月6日(月) ③2月20日(月)
④3月6日(月) ⑤3月20日(月)
時 10:30～11:30 受 1,000円(各回) 定 8名
講 未来の葉 バレエスタジオ主幸 Mieko



※イメージ

1回 ストレッチ&エクササイズ

快適で美しい姿勢のためのストレッチや、軽い筋力トレーニングを行います。シンプルな内容ですので運動経験のない方もお気軽にご参加ください。

日 ①1月5日(木) ②1月19日(木) ③2月2日(木)
④2月16日(木) ⑤3月2日(木) ⑥3月16日(木)
時 10:30～11:45 受 1,300円(各回) 定 7名
講 和田美保



※イメージ

三井ショッピングパーク

気分まで、いい買い物を。 LaLaport

人と地球がともに豊かになる社会をめざして
&EARTH

三井不動産
MITSUI FUDOSAN