



ホールとあそぼ

～ダンスとスポーツ・語りと絵と音楽～のひろば

ホクト文化ホールでは、定期的に気軽に楽しく参加いただける運動とおはなしの会を行なっています。様々なジャンルのダンスやスポーツなどのプログラム、また、手あそびや歌をまじえた読み聞かせや紙芝居などをご用意しています。幼児から小学生を中心に、ご家族やシニア世代、どなたでも気軽に参加できる「ひろば」です。是非、ご参加ください。

2016. 4/16[±] → 12/17[±] 10:30 - 11:30 (毎月土曜日2、3回)

参加無料

集合場所＝ホクト文化ホール 玄関ホール

* 10:25までにお集まりください。 * 開催場所はホクト文化ホール内およびホール前広場です。各回、開催場所・プログラムが異なります。

対象＝幼児からシニア世代までどなたでも参加可能(事前申し込み不要)

お問い合わせ ホクト文化ホール(長野県県民文化会館) TEL.026-226-0008

主催＝(一財)長野県文化振興事業団 共催＝長野県 長野県教育委員会

年間スケジュールは裏面をご覧ください。

ホールとあそぼ 年間スケジュール

たくさん参加してプレゼントをゲットしよう!!

参加
無料



4/16 会場/若里公園
講師/倉石匡啓
**今、話題のスポーツ!
ラグビーを体験してみよう!**

4/23 会場/展示室
講師/藤田育郎
**ボールを使って
たのしくあそぼう**

5/14 会場/若里公園
講師/信州大学陸上競技部
かけっこ教室

5/21 会場/リハーサル室
講師/山口恭史
親子で簡単HIPHOP

5/28 会場/第2会議室
講師/小林いせ子
おはなしの森であそんじゃおう

6/11 会場/リハーサル室
講師/清水裕子
ヨガで繋がろう友達の輪

6/18 会場/リハーサル室
講師/太田郁子
**てつなぎダンス
「みんなでサルサ」**

7/9 会場/若里公園
講師/信州大学硬式野球部
ボール投げ教室

7/23 全館イベント開催予定
ホールとあそぼ

(諸注意)
 ◎スタンプの再押印、用紙等の再発行はいたしません。
 ◎活動中のけが、事故等につきましては自己責任となりますのでご了承ください。
 ◎内容に変更が生じる場合がございます。詳しくはお問い合わせください。
 ◎記録用として写真撮影をしておりますが、2次的に利用することもございますのでご了承ください。

(講師)



藤田育郎
信州大学教育学部
助教



池田典彦
長野アンビシャスFC
代表



太田郁子
テールコート倶楽部
代表



倉石匡啓
長野ラガーズ



清水裕子
ヨガ・フィットネス
インストラクター



鈴木一衣
Dance Tips主宰



藤澤祥太
フィットネストレーナー



山口恭史
Studio ZERO代表



小林いせ子
読書アドバイザー
絵本コーディネーター



8/6 会場/第2会議室
講師/太田郁子
**てつなぎダンス
「みんなでチャチャチャ」**

8/20 会場/第2会議室
講師/小林いせ子
おはなしの森であそんじゃおう

8/27 会場/リハーサル室
講師/鈴木一衣
ディズニーソングで踊ろう

9/10 会場/第2会議室
講師/藤田育郎
かんたん!みんなでラジオ体操

9/24 会場/リハーサル室
講師/藤澤祥太
**簡単エアロビを
みんなで楽しもう!**

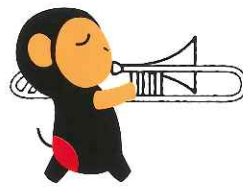


10/8 会場/リハーサル室
講師/鈴木一衣
ディズニーソングで踊ろう

10/15 会場/若里公園
講師/池田典彦
親子サッカー教室

11/12 会場/リハーサル室
講師/鈴木一衣
ディズニーソングで踊ろう

11/26 会場/若里公園
講師/信州大学硬式野球部
ボール投げ教室



12/3 会場/第2会議室
講師/太田郁子
**てつなぎダンス
「みんなでサンバ」**

12/10 会場/第2会議室
講師/小林いせ子
**おはなしの森で
あそんじゃおう**

12/17 会場/第2会議室
講師/藤田育郎
**バランスボールで
たのしくあそぼう**

信州大学教育学部学生

☆10回参加いただいた方にプレゼントを差しあげます。