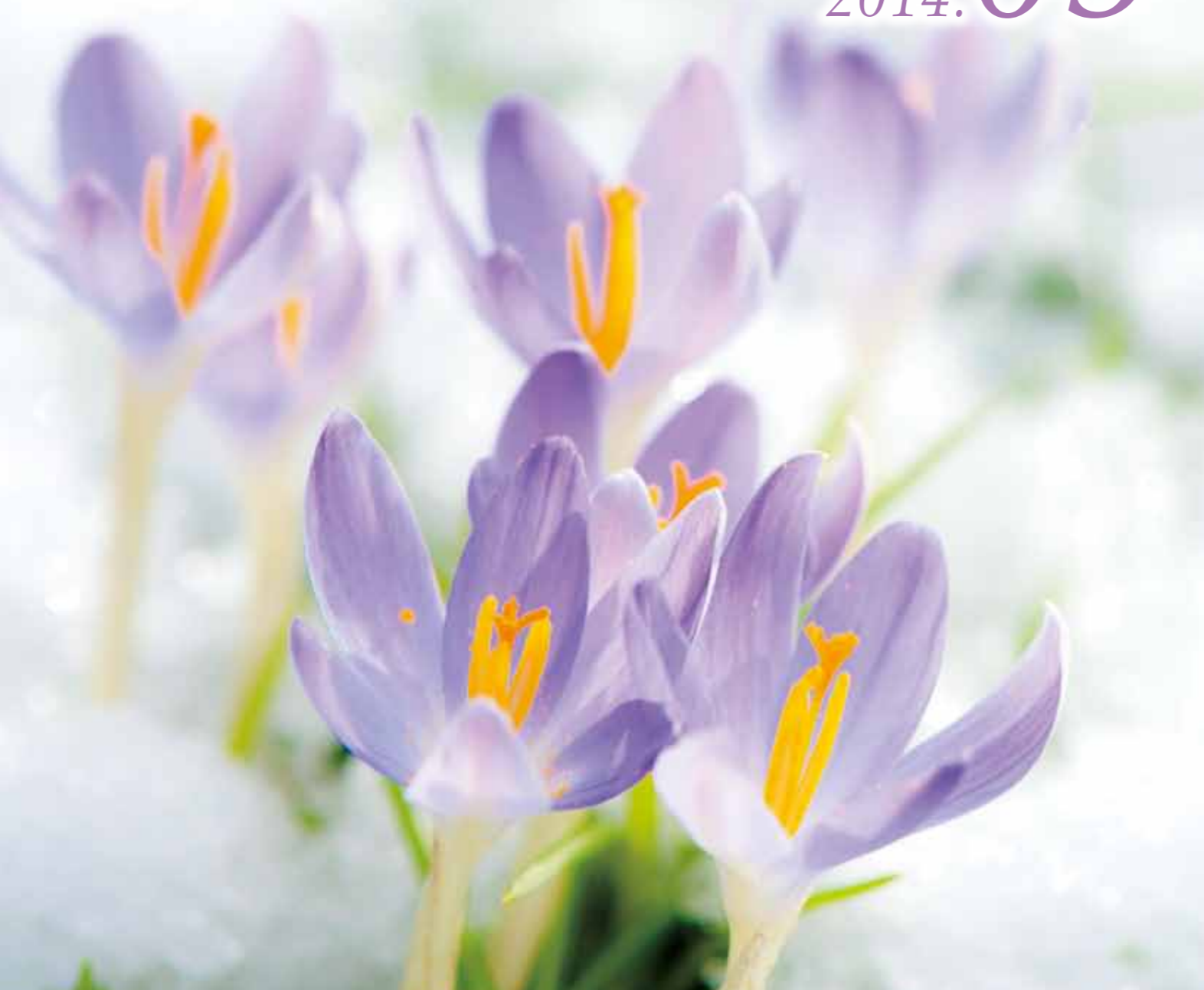


# Club Information

クラブインフォメーション

## 2014.03



p.02-04 特集  
 p.05 トピックス  
 p.06-07 フィットネスプログラム  
 p.08 イベントレポート  
 p.09-11 最新情報

初めてのゴルフレッスン  
 第9回オープンデイフェスティバル  
 ジャイロキネシス/ファイティングエクササイズ  
 日本橋七福神巡り/BACK TO 80's  
 的矢牡蠣食べ放題&ドリンク飲み放題プラン  
 消費税法改正に伴う対応のご案内 他

1	土		16	日	フラワーショップ 短縮営業日
2	日	フラワーショップ 短縮営業日	17	月	
3	月		18	火	
4	火		19	水	
5	水		20	木	的矢牡蠣食べ放題&ドリンク飲み 放題プラン(3/20~23)
6	木		21	金	フラワーショップ 短縮営業日
7	金	善憲之プロゴルフプライベートレッスン 金澤コーチ ゴルフコース レッスン会 フラワーショップ	22	土	
8	土		23	日	善憲之プロゴルフプライベートレッスン フラワーショップ 短縮営業日
9	日	善憲之プロゴルフプライベートレッスン フラワーショップ 短縮営業日	24	月	
10	月		25	火	善憲之プロゴルフプライベートレッスン
11	火	善憲之プロゴルフプライベートレッスン	26	水	
12	水		27	木	
13	木		28	金	金澤コーチ ゴルフコース レッスン会 フラワーショップ
14	金	金澤コーチ ゴルフコース レッスン会 フラワーショップ	29	土	
15	土		30	日	オープンデイフェスティバル 休館日
			31	月	休館日

短縮営業日(日曜・祝日)  
 10:00~20:00(ラウンジ フィガロ11:30~22:00)

## オープンデイフェスティバル

リバティヒルクラス一般開放。花結い師TAKAYAアートパフォーマンス他、多彩なイベントを展開!!

当日はゲストご同伴に限り、会員様もご入館頂けます。是非、ご家族・ご友人をお誘いの合わせ上、ご来館の程、  
 スタッフ一同、心よりお待ちしております。詳細は順次、館内掲示等でご案内致します。

2014年3月30日(日)

クラブインフォメーションは、毎月25日発行。次号2014年4月号は、3月25日発行予定です。

# 二人に合った指導で、コースデビュー 初めてのゴルフレッスン

男性だけでなく、女性ゴルファーもすっかり定着してきている昨今。リハビリクルスでもゴルフは女性会員様にも人気。当クラブのレッスンは、大きく分けて、グループレッスンとプライベートレッスンの2つ。また、パーソナルトレーニングやYAWARA等との組み合わせにより、効果的なレッスンを行う事が出来ます。2月より、ゴルフコーチに新たに椿コーチを迎え、3名体制となりました。今回は、これからゴルフを始める方が聞きたい内容について、コーチにインタビュー致しました。



—これからゴルフを始める方は、グループレッスンとプライベートレッスンのどちらを受ければよいですか？

**錦織** プライベートレッスンがオススメです。周りの方に気を使わずに、自分のペースで練習を始められます。コーチにつきっきりでチェックしてもらえますので、基本の型を効率的に学ぶ事が出来ます。

—はじめてレッスンに参加する際、どのような服装をすればよいですか？

**金澤** ゴルフコースではドレスコードがある施設もありますが、練習場では特に決まりはありません。運動しやすい服装であれば良いでしょう。ジャージや短パン、TシャツでもOKです。ただし、女性は胸の開き具合には気をつけましょう。靴はゴルフシューズを持参し、履き替えるのがベストです。サンダルやヒールの高い靴は避けましょう。

フロントでもレンタルしているので、初めは、手ぶらで参加してみて、自分に適した道具を購入するのも良いかも知れません。

—ゴルフを始める年齢の上限は？

**椿** 幾つになっても始められます。60歳から始められる方ももちろん、80歳を過ぎてもプレーされる方も、たくさんいらっしゃいます。運動不足の方は、歩けるようにしておくことが大切です。日頃からウォーキングやストレッチ等で、身体作りを心掛けておくと良いと思います。

—当クラブのゴルフレッスンの特徴は？

**錦織** ゴルフコーチだけでなく、パーソナルトレーナーやジムアテンダントと相談しながら、柔軟性や筋力等、スイングに必要な身体作りが行える点です。

実際のゴルフレッスンでは、ビデオ撮影や計測器によるヘッドスピード、ボールスピード等をチェックしますので、感覚だけではなく数値・理論で効果的に技術を高める事が出来ます。

—これからゴルフを始める方へアドバイスをお願いします。

**金澤** これからの季節は、ゴルフを始めるには、最適なシーズンです。まずはレッスンに参加してみてください。コースデビューを目指して、今から週1回ペースで練習すれば、今秋には楽しいコースデビューが出来ると思います。

**錦織** ゴルフは生涯スポーツです。基本を正しく覚えれば、コンペに参加したり、ご家族・ご



何事も最初が肝心。ゴルフも初心者の方には、プライベートレッスンがオススメです。きめ細やかな指導で、基本の型を効率的に習得。

### プライベートレッスン

ご自身のご都合の良い日時に内容を自由に設定する事が出来ます。

個人の特性や希望に合わせたオリジナルのレッスンを組み立てる事が出来ます。例えば、現在のスイングを別の視点から見直し、レベルアップを図れます。

### グループレッスン

各回ともに3名までのレッスンです。日時・プログラムに合わせて、自分に必要な内容を選択し、レッスンを受ける事が出来ます。同じ目標を持つ仲間が出来る事もグループレッスンの魅力の一つです。

友人と一緒にプレイする等、楽しみ方が広がります。

—レッスンを受け持つ意気込みをお聞かせ下さい。

**椿** 教科書的に型にはめ込もうとせずに、その人に合った、持っている技を活かすレッスンをを行います。ミスした原因を説明し、メンタル面も含めた指導を行いたいと思います。

ゴルフでも、ミスするのは当然の事で、そのミスをいかに小さくするかが練習です。上達のポイントは一つに集中し、多くを考えない事です。リラクセスして、シンプルに楽しく練習してみてくださいいかがでしょうか。上達したら、緑っぱいのコースをラウンドしましょう!!

『継続は力なり』です。一緒に頑張ってください!!

# Topics

今注目のアーティスト、  
花結い師 TAKAYAによる  
アートパフォーマンス



## ヒューゴ HUGOバンドEX

サンデーズスペシャルでも  
大好評のレッスンが再登場。  
雑誌「LEON」のモデルも  
務めたHUGOの  
マットピラティス。



### 佐藤博康プロによる スペシャルテニスレッスン

JTAランキングダブルス最高位2位の  
佐藤博康プロによる初心者から上級者  
まで、レベルに応じた専門的なアドバ  
イスが受けられます。



世界のパティシエ 辻口博啓氏  
「Fève」のプレミアム豆スイーツ  
ご来場された方全員に  
「ドレスアップビーンズ」  
プレゼント!!



### 当日限定、フィガロの 春のランチビュッフェ

ピアノ等による生演奏を聴きながら、  
前回好評のランチビュッフェを  
お楽しみ頂けます。

花結い師 TAKAYAのアートパフォーマンス、  
HUGOバンドEX、佐藤博康プロテニスレッスン等、  
充実のスペシャルレッスンをプラスして開催!!  
当クラブは、2000年7月7日にオープンし、メンバーの皆様をはじめ、  
地域の方々のご支援を頂き、今年14周年を迎えることが出来ます。  
日頃の感謝を込めて、休館日に、当クラブを一般開放致します。第9回  
目となる今回は、普段のリバティヒルクラブを知って頂くために、通常のプ  
ログラムやイベントを基本に、スペシャルプログラムやイベントをプラスして  
開催致します。  
当日は、ゲストをご同伴頂いたメンバー様もご利用頂けます。是非、ご  
家族・ご友人をお誘いの上、ご来館頂きますよう、ご案内申し上げます。

2014.3.30 Sun  
10:00▶19:00  
(最終チェックイン 18:30)

〈先着200名様限定・予約制〉

詳細は、パンフレットをご覧ください。

# 第9回オープンフェスティバルのご案内

## ゴルフコーチ紹介

リバティヒルクラブでは、曜日毎に異なるゴルフコーチによるレッスンを開講しております。  
(詳細は、本誌同封のフィットネスプログラムをご覧ください。)



金澤 和枝 Kazue Kanazawa レッスン日▶水・木・土  
資格▶LPGA, KGR, NGF, SGA

ゴルフは生涯スポーツです。ひとりでも多くの方にゴルフの楽しさや、健康でゴルフが出来  
る幸せを感じて頂ければと思います。  
優しく、分かりやすく、時には厳しくをモットーにレッスンをご提供いたします。



錦織 立欣 Tatsuya Nishikiori レッスン日▶月・火・日  
資格▶日本プロゴルフ協会ティーチングプロA級

どなたでも、効率の良いスイングを習得する事で、無理なく上達が図れます。  
現在、壁にゴルフでぶつかっている方、必ず乗り越えていけるようレッスン致します。  
一緒に頑張りましょう。お待ちしております。



椿 智仁 Tsubaki Norihito レッスン日▶金  
資格▶日本プロゴルフ協会ティーチングプロA級

教科書的なレッスンと、職人的なレッスンを組み合わせた、初心者から上級者まで、型には  
めない楽しいレッスンを目指します。  
練習は、易しく考え、ポイントは1つに集中します。『継続は力なり』。



### 金澤コーチコースレッスン会

毎月数回開催される金澤和枝コーチによる、浦和ゴルフ倶楽部での本コースレッスン会  
です。毎回、テーマを変えながら、様々な場面での対処法を実践でレッスンします。後日、  
ビデオチェックを行いますので、さらに効果的です。定員も4名と少人数制による、きめ細  
やかなレッスンが好評です。また、ショートコースのレッスン会も開催しており、コースデ  
ビュー前の方にもオススメです。

### 善憲之プロによるゴルフプライベートレッスン

毎月数回開催されるトーナメントプロによるプライベートレッスンです。ジュニアからプロまで、2万人以  
上の指導実績を持つ善憲之プロは、コーチング歴20年。その経験を活かした指導は、多くのプロ・クラ  
ブチャンピオンのクライアントからも高い信頼を得ています。  
初心者からプロまで、100を早く切りたい方、ゴルフの悩み・疑問をお持ちの方にオススメです。



### クラブチャンピオンシップ

リバティヒルクラブメンバーによるその年の王者決定戦。今年11回目を迎える伝統のコン  
ペです。毎年秋に開催され、昨年と一昨年は、名門「戸塚カントリークラブ」で行われました。  
プレー後は、ラウンジフィガロにて、懇親会を開催致します。「我こそは!」と腕に自信のある  
方はもちろん、ゴルフを日頃楽しんでいる方まで、ご参加頂けます。

### ゴルフツアー

春と秋の年2回、ゴルフツアーを開催しています。昨年は、『パインズ日光ゴルフ倶楽部』  
の1泊2日ツアーを企画致しました。ゴルフを楽しんで頂いた後は、併設している日光石  
庭温泉ホテルの温泉にて、疲れを癒して頂けます。夜は、夕食を楽しみながら、参加して  
頂いた方々同士、懇親を深めて頂ける楽しい貸切バスによるゴルフツアーです。





# FITNESS PROGRAM VOL.26

フィットネスプログラムを毎月2つご紹介している「フィットネスプログラム紹介」。  
今回は、2月より開講したばかりの「ジャイロキネシス」と人気の「ファイティングエクササイズ」です。

## 初中級 ファイティングエクササイズ

金 14:00~15:00 STUDIO 60分 強度★★★★★ 難易度★★★★★



まつもと さやか  
インストラクター 松本 彩

リパティヒルクラブ アテンダント在籍1年。  
ファイティングエクササイズインストラクター歴:2年半  
笑顔と元気パワーで楽しいレッスンを担当させて頂きたいと思っております。

### 松本インストラクターへ質問① どんなクラス?

ダンスミュージックに合わせて行うファイティングレッスンです。ステップ系の動きが多くあり、前後・左右・上下の動きでシェイプアップ効果が上がります。  
◇ひねる運動(ウエスト引き締め)  
◇屈伸・跳躍力運動(足のバネ・下半身の引き締め)  
◇背筋・腹筋運動(上半身の引き締め)  
等の動きを音楽のリズムに合わせて、パンチ・キックを楽しむ事が出来ます。汗を沢山かき、ストレス解消にも効果的です。その日の体調や気分に合わせて、マイペースに受けて頂けるレッスンです。

### 松本インストラクターへ質問② どのような効果があるの?

背中とお腹を中心とした全身運動が多く、上半身の引き締めにも有効です。また、カロリー消費も高く、体脂肪の減少も期待出来ます。体重を気にするより、痩せたい部分をどう引き締めるかという気持ちで行うと、効果的です。イメージを高めて武道の雰囲気になれば、ストレス解消にも繋がります。

### 🌟こんな方にオススメ!

- 🌟スタジオ初心者の方 🌟脂肪燃焼したい方 🌟汗をかきたい方 🌟シェイプアップしたい方
- 🌟お腹周りの気になる方 🌟ストレス解消したい方

### レッスン参加者の声

- 松本インストラクターの笑顔に癒されながら、ファイティングポーズで繰り返すパンチ・キック・アッパーで、スカッと1時間を過ごせます。丁寧な指導で、分かりやすいレッスンです。リズムに乗って、たっぷり汗をかきながら、楽しく参加しています。
- 分かりやすい説明を交えたレッスンですので、誰でも参加出来ます。音楽に合わせて楽しく参加しています。
- トライしてみたかったファイティングエクササイズ。まだ2回目ですが、とても楽しく、あっという間の1時間です。レッスン中の松本インストラクターの声掛けが励みになっています。
- パンチにキックが加わるので、多量の汗をかきます。また、次の動きが分かりやすく、誰でも参加出来るレッスンです。
- 松本インストラクターの朗らかなキャラクターと、切れのあるパワフルさが魅力的です。パンチとキックでしっかり汗をかいた後は、クールダウンの空手ポーズのストレッチで精神的にもスッキリ出来るプログラムです。

## 初中級 ジャイロキネシス

火 12:30~13:15 STUDIO 45分 強度★★★★★ 難易度★★★★★



わたなべ みほ  
インストラクター 渡辺 美穂

幼少の頃から貝谷芸術学院バレエ科にてクラシックバレエを学ぶ。以後、貝谷バレエ団公演・舞台、日本バレエ協会公演、劇団東少ミュージカル「眠れる森の美女」、オペラ「魔笛」等に出演。土田三郎、佐藤 勇次、松本好子に師事。バレエの他、コンテンポラリーの公演、CM、PV(アンジェラ・アキ、山口リサ等)にも出演。現在は子供から大人までのバレエクラス指導にあたる。自身のパフォーマンス向上と身体のメンテナンスの為に、7年前よりジャイロキネシスを始める。現在ジャイロキネシス認定トレーナーとして活動中。

### 渡辺インストラクターへ質問① どのようなクラス?

「ジャイロ」は、「円・らせん・スパイラル」を意味しており、「ジャイロキネシス」は、その名の通り、曲線を描くような動きと呼吸を組み合わせたエクササイズです。具体的には、マットや椅子に座って、簡単なセルフマッサージを行います。リズムカルな呼吸と共に、関節にストレスをかけないように、骨盤や背骨を反ったり、丸めたり、ツイストを加えます。身体に活力を与えていくレッスンです。どなたでもご参加頂けます。

### 渡辺インストラクターへ質問② どのような効果があるの?

関節可動域を上げ、身体の柔軟性を高めます。また、レッスンを続けていくうちに、本来持っている身体機能の回復や免疫力の向上にも繋がります。

### 🌟こんな方にオススメ!

- 🌟エクササイズやダンスやバレエ等の関節可動域を上げたい方
- 🌟免疫力アップを図りたい方 🌟身体の機能回復を目指したい方 🌟気持ちをスカッとさせたい方

### 🌟渡辺インストラクターから一言

この度、リパティヒルクラブでジャイロキネシスのクラスを担当させて頂くこととなり、とても嬉しく思います。これからのお客様との出会いを、心から楽しみにしております。今までジャイロキネシスを通して学んできた事を、レッスンに活かせればと考えております。皆様のご参加、お待ちしております。



スパークリング、  
シャブリも飲み放題!!

今年も、三重県的矢牡蠣を取り寄せての牡蠣食べ放題プランを開催致します。  
生牡蠣に加えて、焼き牡蠣、牡蠣フライも食べ放題のお得なプランです。  
スパークリングワイン・シャブリを含むフリードリンクです。また、サイドメニューも充実。  
この機会に是非とも、ご家族・ご友人をお誘いの上、ご来店下さいますようお願い致します。  
\*ご入場頂いた時点より、90分間の牡蠣食べ放題・ドリンク飲み放題となります。  
\*フロントデスクまたは、ラウンジフィカロにてご予約下さい。  
\*ゲストのご参加も大歓迎(前日までにご予約下さい)。

# 的矢牡蠣食べ放題 &ドリンク飲み放題プラン

2014.3.20(木)・21(金)・22(土)・23(日)

入場可能時間17:30~20:30 各回30名限定 ¥7,329(税込)



- ①“クルーズデビュー”爽やかな季節に訪れる!  
はじめてクルーズ 済州島・釜山6・7日間
- ②“ファミリー&グループ応援”  
ゴールデンウィークまるごと利用!  
よくばりクルーズ台湾(基隆・高雄)  
・香港10日間

クルーズデビューに最適なプランです。  
**メンバー様10%OFF**にて、好評発売中です。ご家族連れもおすすです。  
お申込・お問合わせは、クラブフロント、または、リパティヒルバケーションまで、お気軽にどうぞ。

アジア最大13万8千トンの  
アミューズメントシップ!  
GWに出发する東京発着の  
『ボイジャー・オブ・ザ・シーズ号』



## 消費税法改正に伴う対応のご案内

日頃よりリパティヒルクラブをご利用頂き、厚く御礼申し上げます。  
この度、「消費税法改正」が決定したことを受け、弊社における消費税の取り扱いについて、下記の通り対応させて頂くこととなりました。  
内容をご確認頂き、ご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

- 現行：税抜価格+消費税5%
- 改定後：税抜価格+消費税8%
- 適用：2014年4月度対象分より
- お取引：消費税をお預かりする全てのお取引

(入会金、年会費、更新料、利用料、有料プログラム、プライベートロッカー、パーソナルトレーニングなど)

### 【年会費の取扱いについて】

年会費につきましては、2014年4月度以降分からは、お手続き時に消費税8%をお預かりすることとなります。

会員種別	年会費
レギュラーメンバー	現行 ¥252,000 ▶ 改定後 ¥259,200
ファミリーメンバー	現行 ¥189,000 ▶ 改定後 ¥194,400
ジュニアメンバー	現行 ¥126,000 ▶ 改定後 ¥129,600
シニアメンバー	現行 ¥126,000 ▶ 改定後 ¥129,600

## EVENT REPORT

# 日本橋七福神巡り

2014年1月24日(金)

毎年恒例となり、今回で6回目となる七福神ツアーは、日本橋や人形町を廻るショートコースでした。当日は1月とは思えない暖かい天候に恵まれ、途中隅田川沿いのウォーキングコースを歩いたり、昔ながらの懐かしい街並みを楽しみながら歩きました。今年も様々な場所でのウォーキングツアーを企画して参ります。

(スポーツフィットネス課 齋藤 圭)

### 今回参拝した寺社

- ①小網神社(福祿寿)
- ②梶森神社(恵比寿神)
- ③末廣神社(毘沙門天)
- ④笠間稲荷神社(寿老神)
- ⑤水天宮(弁財天)
- ⑥松島神社(大国神)
- ⑦茶ノ木神社(布袋尊)

全て神社で構成されている珍しいコースでの記念写真。

## EVENT REPORT

# BACK TO 80's

2014年2月21日(金)  
19:00~21:00  
ラウンジにて

## 全編アナログレコード ノンストップDJ MIX第5弾!!

80年代のパワフルでポップな洋楽全80曲。

### 参加者の皆様のお声

- 大きな音でたくさんの懐かしい曲を楽しむ事が出来ました。
- 80'sは自然と体が動く曲が多いですね。とても楽しかったです。
- 全部好きな曲でした。これからもダンスが出来るようなイベントをお願いします。
- R&BやSOULの特集を是非欲しいです。
- VERY GOOD!! NICE SELECTION!



第5回目となる今回は80年代の音楽を特集致しました。ご来場頂いたお客様にも最後はダンスで会場を盛り上げて頂きました。次回は、前回ご好評の『THE BEATLES特集第2弾』を予定しております。是非ご家族、お友達をお誘い合わせの上、ご来場頂きます様、お待ちしております。(クラブライフプランナー課 藤田景)

# bodyART™ ボディアート

## ドイツ発祥、欧米で話題のエクササイズ、サンデーズスペシャルに登場!!



『bodyART』は、ドイツ発祥のフィットネスプログラム。欧米に広まり、今、日本国内でも話題のレッスンです。ヨガとピラティスのポーズから筋肉アップ・バランス強化・背骨のローテーション等のエクササイズへと移行していきます。

呼吸法は、吐ききる・深く吸うの繰り返しで、呼吸機能の向上も目指します。休みなく呼吸を繰り返す事で、深部の体温が上がり、汗もしっかりかきます。激しいエクササイズではなく、自分のレベルに合わせて、取り組んで頂けるのも特徴です。

まだ、日本国内では、20名程度のインストラクターのみがご提供出来るプログラムです。是非、一度、サンデーズスペシャルにて、その効果をご体感下さい。

インストラクター **和田 孝紀**



**2014.3.2 [sun]** STUDIO 10:20~11:20  
**SUNDAY'S SPECIAL** 毎週日曜日の特別プログラム

### 毎週日曜日の特別プログラム > SUNDAY'S SPECIAL STUDIO 10:20~11:20

3月2日	bodyART™	講師 和田 孝紀	ドイツ発祥のヨガとピラティスのポーズから筋力アップ、バランス強化、背骨のローテーション等のエクササイズへと移行していくプログラムです。(初級)
3月9日	ボール&ストレッチ	講師 杉田 欣也	ギムニックボールを使って、普段使わない筋肉を刺激し、身体をほぐしながらシェイプしましょう。(初級)
3月16日	リトモス	講師 瑞 樹	南米アルゼンチンで考案されたダンスエクササイズ系ダイエットプログラムを体験しましょう。ダンスの好きな方や思っきり汗をかきたい方、オススメです。(初級)
3月23日	ファイティングエクササイズ	講師 松本 彩	ダンス系の音楽に合わせて、パンチやキックでストレス発散&シェイプアップしましょう。背中とお腹を中心とした全身運動が多く、上半身を引き締めます。(初中級)

### SOETHYS PARIS TOUCHSPA 2014 Winter & Spring



**コンフォート クレンジングミルク**

敏感・乾燥肌用クレンジングミルク。メイクや汚れをしっかりと落ち着かせ、優しく保護します。

200ml ¥5,250(税込)

**コンフォート ローション**

敏感・乾燥肌用化粧水。質感のローションです。乾燥で硬くなった肌表面にしっかりと染み渡り、ツヤと輝きを与えます。

200ml ¥5,250(税込)

**ニュートリティブ コンフォ**

肌表面のバリア機能を強化し、なめらかに整える。ドライスキン用クリームです。お肌を柔らかくし、長時間潤いを保ちます。

50ml ¥10,500(税込)

お肌の乾燥は小ジワや毛穴を目立たせ、カサついた印象を与えます。ソテイスの乾燥肌向け製品は乾燥により弱ったお肌を保護し、柔軟で潤いのある快適なお肌を保ちます。花粉の時期や春先まで長く愛用頂ける製品です。詳しくはタッチスバスタッフまでお気軽にお問い合わせ下さい。

## 乾燥肌ケアシリーズ



**新講師 Mark Malusa(マーク マルルーサ)**  
 オーストラリア出身。ウェスタンシドニー大学英文学・ジャーナリズム学士。Read then Speak English School, Tokyo, Japan 日本ではビジネス英会話講師として、長年の経験を持つ。

毎週火曜日に行われている英会話教室では、新しい講師を迎えてのレッスンが始まりました。新講師は、オーストラリア出身の日本が大好きなマーク マルルーサ先生です。皆様のご参加、お待ちしております。

毎週火曜日 11時~12時30分  
 ラウンジスイートにて  
 定員 10名限定/全6回 ¥14,490(税込)

## 楽しく、わかりやすい 初心者からの英会話教室



はせがわ こうし  
**講師:長谷川 耕史氏**

日本書鏡院常任理事・衆議院書道会講師・青山学院女子短期大学非常勤講師

台湾の孔子廟についての書法交流会で書道パフォーマンスを行う。京都・清水寺においては古と優艶の書画展の代表作家として出品。TV番組の題字や、中目黒の桜まつりの看板やフラッグの題字を手掛ける。

「お気楽、お手軽、手ぶらで書道」をキーワードに、入門・初級者から上級者までの方を対象とした書道教室です。

開講日▼第1・第3金曜日(全10回)※3月14日を除く  
 [2月]21日 [3月]7日・14日 [4月]4日・18日 [5月]2日・16日 [6月]6日・20日 [7月]4日  
 時間▼11時~12時30分  
 会場▼ラウンジスイートルーム  
 定員▼各回先着10名様限定  
 参加費▼全10回分 37,485円  
 お申し込み・詳細はフロントへお尋ね下さい。

## 日本書鏡院 長谷川 耕史(はせがわ こうし) 書道教室入門