

# Club Information

クラブインフォメーション

## 2014.07



1	火		16	水	
2	水	はじめてのイタリア語講座体験会	17	木	
3	木		18	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
4	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	19	土	【テニス】エンジョイソシアル
5	土	<b>14th Anniversary Party</b>	20	日	フラワーショップ 短縮営業日
6	日	フラワーショップ 短縮営業日	21	月	【テニス】エンジョイダブルス 短縮営業日
7	月		22	火	
8	火		23	水	
9	水		24	木	
10	木		25	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
11	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	26	土	
12	土		27	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
13	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	28	月	
14	月		29	火	善憲之プロゴルフプライベートレッスン
15	火	善憲之プロゴルフプライベートレッスン	30	水	休館日
			31	木	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)

p.02-05 特集

語学系から書道教室まで、さらに充実  
カルチャークラス

p.06-07 Event Information

車山高原と小海リエックスリゾートの休日  
フラダンスII

p.08 フィットネスプログラム

p.09 Event Report

LHC&JITC男子ダブルス／新緑ゴルフツアー in 日光  
14th Anniversary Party／サンデーズスペシャル 他

p.10-11 最新情報



## 14th Anniversary Party

2014年7月5日(土) 開場▶18:00 開演▶18:30

会場▶ラウンジ 料金▶6,500円(税込) ドレスコード▶リゾートカジュアル  
リバティヒルクラブは、メンバーの皆様を支えられて、今年14周年を迎えます。日頃の感謝を込めて、「14th Anniversary Party」を開催致します。ご家族・ご友人をお誘い合わせの上、是非ご参加頂きますよう、ご案内申し上げます。

クラブインフォメーションは、毎月25日発行。次号2014年8月号は、7月25日発行予定です。

## 特集

語学系から書道教室まで、さらに充実。

# カルチャークラス

リバイティヒルクラブでは、「カルチャークラス」として、バレエ、フラダンス、ボールルームダンスのアクティブ系に加え、フランス語講座や英会話教室、コントラクトブリッジ、書道教室等も開講しています。

今月号では、文科系のカルチャークラスを特集致します。参加者のお声も多数掲載致しましたので、ご参考頂ければ幸いです。

『イタリア語講座無料体験会』の開催等、今後も『カルチャークラス』の充実を図ってまいります。

無料体験・見学も随時受け付けておりますので、ご興味のある方は、是非、この機会に、皆様のご参加をお待ち申し上げます。

※撮影および「参加者の声」にご協力頂きました参加者の皆様に誌面をお借りして厚く御礼申し上げます。(広報制作課 新田康雄)

## 充実のカルチャークラスでステップアップ

### バレエ

#### 初級

[講師] 守谷好美  
金曜日 16:30~18:00 (90分)  
[講師] 岸千恵子  
火曜日 17:15~18:45 (90分)



### フラダンス

#### I 入門

[講師] 中村ひろみ  
金曜日 11:45~12:30 (45分)

#### II 初級

[講師] 菊井典子  
水曜日 16:00~17:00 (60分)

#### III 中級

[講師] 中村ひろみ  
金曜日 12:45~13:45 (60分)



### ボールルームダンス

#### I 入門

[講師] 村上哲也(隔週)・木下佳美(隔週)  
火曜日 16:00~17:00 (60分)

#### II 初中級

[講師] 高橋秀尚・北岡真苗・戸張雅仁  
金曜日 14:00~15:00 (60分)

#### III スタンダード専科

[講師] 藤本明彦(1・2・3週)・佐藤直美(4週のみ)  
木曜日 16:00~17:00 (60分)



### フランス語講座

#### 入門

[講師] デュラン・ニコラ  
月曜日 11:00~12:30 (90分)

#### 初・中級

[講師] デュラン・ニコラ  
月曜日 14:00~16:00 (120分)



### 英会話教室

[講師] ブラッドリー・デレヤル  
(6月23日より)  
火曜日 11:00~12:30 (90分)



### コントラクトブリッジ

#### 入門

[講師] 坂本みどり  
木曜日 11:30~13:30 (120分)

#### 初級

[講師] 坂本みどり  
木曜日 14:30~17:00 (150分)



### 書道教室入門

[講師] 長谷川耕史  
第1・3金曜日 11:00~12:30 (90分)



# フランス語講座

ワイン選びも海外旅行もお任せ!!



表現豊かなジェスチャーを交えての授業を行うフランス・マルセイユ出身のデュラン・ニコラ先生。



頻繁にホワイトボードを活用し理解度を高める。ユーモアたっぷりの充実の授業。

### 参加者の声

1回2時間の授業は文法と会話話が半々で構成されています。毎回近況を話す機会があります。が、限られた単語を羅列すると、勘の良いニコラ先生が魔法のように綺麗なフランス語の文章に直して下さいます。テーマは日常生活の中の小さな発見、心温まる感動的な出来事、旅行等ですが、興味深いお話を聞く事が出来ます。その場では習得したと思っても、一週間後にはすっかり忘れていた事も多いのですが、少しずつ向上出来ればと思います。

毎回ニコラ先生を囲んで楽しくフランス語を学んでいます。先週フランス2週間の旅を終え帰国しましたが、毎回少しずつ「フランス語力」アップを実感しています。レストランや乗り物はもうバッチリですよ!

日常の出来事を簡単にフランス語で説明する事から始まり、身近な話題をどうフランス語で表現するのか、とても丁寧にアドバイスを頂き、勉強になっています。ヨーロッパ在住のお友達とのフェイスブックのやりとりで少しずつフランス語のコメントを入れられるようになり、先々旅行する時の助けとなります。

大の日本鼻根であるデュラン・ニコラ先生による楽しいクラスです。ラウンジのスイートルームで和やかな雰囲気でのレッスンも魅力の一つです。

#### ■入門クラス

毎週月曜日 11時~12時30分(90分)

はじめてフランス語に触れる方やフランス語に興味をお持ちの方を対象としています。

#### ■初・中級クラス

毎週月曜日 14時~16時(120分)

フランス語の経験のある方を対象とした、ステップアップを目的としたレッスンです。

「パリで独り暮らし」が夢です。年齢と共に記憶力や集中力の衰えを感じていた頃、フランス語講座の開講を知りました。デュラン先生のきめ細かな講座は、教科書の他に、実用的な内容も丁寧に教えて下さいます。和やかな雰囲気の中にも緊張感があり、私にはとても良い刺激になっています。長く続けていきたいと思っています。

昨年5月「はじめてのフランス語講座」のお知らせを見つけた「はじめて」に惹かれて始めました。次第に難しさを実感し、くじけそうになりましたが、ニコラ先生はじめ素敵な仲間達と一緒に頑張っています。フランス語が多少でも分かってくると、世の中、意外とフランス語が溢れているのに気が付き、世界が広がったと思います。ニコラ先生は、根気良く丁寧に教えて下さり、集中した授業のため、時間はあっという間に過ぎます。

小学生の孫が来て、フランス語の教科書を見つけ、「あれ?まだフランス語やっているの?」とは...。周囲の思惑に負けてなるものかと取り組んでいます。

日常会話からはじめる楽しいレッスン

# 英会話教室

毎週火曜日 11時～12時30分(90分)  
初心者の方から参加頂ける分かりやすい講座です。  
テキストの授業だけでなく、日常の出来事等を英語で話す楽しいクラスです。



賑やかな雰囲気の中、英会話ははずむ。参加者同士の質疑応答も楽しいクラス。

### 参加者の声

初めて受講した時から雰囲気が良く、参加者の皆様がスーと仲間に入れて下さり、毎週楽しくレッスンを続けています。初級クラスですので、気軽に参加出来ますよ。

先日は参加者同士でレッスンの後にランチを共にし、二時間ものおしゃべりを楽しみました。

以前からリバイヒルクラブでの英会話教室に興味があったのですが、きっかけが特になく、時が過ぎていました。他のクラスの友人が参加したのを機に、数ヶ月前に参加しました。

毎回、それぞれ一週間の出来事等を楽しく話し合い、また、質問し合ったりします。その際、先生が丁寧に言い回しを直して下さいます。また、文法のプリントもあり、会話と文法の両方を学ぶ事が出来るので、英語力が付くように思います。初歩的な内容のレッスンですので、楽しみながら、どなたでも気軽に参加出来る教室だと思います。

世界で最も知的でエキサイティングなカードゲーム

# コントラクトブリッジ

「コントラクトブリッジ」は、世界に約一億人の愛好者がいるカードゲームです。講師は、レイティスの日本代表として、海外の試合にも多数出場し、日本コントラクトブリッジ連盟の普及部長を務めた経歴を持つ、坂本みどり氏です。



プレー中は、緊迫感のある雰囲気。適宜、坂本みどり講師が解説を行う。

### 参加者の声

普通のカードゲームとは異なり、テキストのダブルスのようにパートナーを組んで、ゲームをします。ディフェンス等のゲーム展開の際のパートナーと交わすコミュニケーションの方法を学んでいます。

一つ一つアドバイスを受けながら、楽しく、時に悩みながら、レッスンが進みます。最近では、クラス以外に復習と称して、週に二度、ラウンジや友人のお宅でゲームを楽しむまでになりました。

頭の体操には最高のレッスンです。プレー中はおしゃべり厳禁ですが、カードを通じて、参加者の皆さんと楽しく会話をしています。



手ぶらで気軽に参加し、書の世界へ

# 書道教室入門



柔らかな口調で丁寧にポイントを説明する長谷川耕史氏。和の雰囲気に包まれ、書の世界が広がる。

### 参加者の声

かねてから書に親しみたいと希っておりました。そんな中、長谷川耕史先生の書道教室の開講!! 毎回「至福の時」を過ごしています。カルチャークラスは、ジムやアクアと共に、リバイヒルクラブの魅力の一つです。

お稽古事を始めますのには、遅過ぎましたでしょうか。お教室では、「以呂波」から丁寧に指導頂いております。「七十の手習い」でございますので、大切に続けたいと存じます。

先生の美しくリズム感のある文字や墨の濃淡の見事さに大変感動致しております。そして、お勤めの展示会を訪れ、品格ある墨跡を鑑賞する機会にも恵まれました。書を学ぶ喜びと共に私自身も豊かな気持ちになれます事は、大変嬉しい事でございます。焦らず楽しみながら、歩んでいきたいと願っております。

「書道の基本と実用」をテーマとして、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。講師は、日本書院常任理事・衆議院書道会講師・青山学院女子短期大学 非常勤講師を務める長谷川耕史(はせがわこうし)氏です。どなたでもお気軽にご参加頂けます。  
第1・第3金曜日  
11時～12時30分(90分)

# イタリア語講座

## 陽気な気分で学ぶ はじめての イタリア語講座 体験会

フランス語講座・英会話教室に続き、イタリア語講座の開講に向けて、6月～7月に合計2回体験会を開催致します。  
受講料は無料ですので、ご興味のある方は、お気軽にご参加下さい。  
各回とも10名様限定ですので、お早めにお申し込み下さい。



【講師】  
Paolo Ragone(パオロ ラゴネ)氏  
イタリア出身。パリー・アルド・モロ大学法務学学士。  
都内の英会話カフェにて勤務。  
イタリア語・英語・日本語を操る。

2014年6月25日(水)・7月2日(水)  
各回とも15:00～16:30(90分)  
各回とも10名様限定(定員になり次第締切)  
受講料:無料

# 車山高原と小海リエックス

## リゾートの休日

～エンジヨイスポーツ  
1泊2日の旅～

# Which sports do you like?

お好きなプログラムへエントリー!!  
ハイキング・テニス・ゴルフ・観光

ハイキング参加費用 ¥6,920(税込)

初秋の高原で自然へ回帰、  
パノラマの世界で、心の休日を。

都会の喧騒から離れ、信州の避暑地で、心からリフレッシュをして  
頂ける企画をご用意致しました。

日本百名山『霧ヶ峰』の主峰『車山』での自然解説員によるガイド  
付きハイキングや大自然のマイナスイオンに包まれた高原で、爽  
やかにプレーするゴルフやテニスなど、アクティブにカラダを動か  
したい方はもちろん、スポーツ以外にも、ワイナリーやアウトレッ  
トの観光をして頂いたり、大自然の景観を見ながら源泉かけ流し  
の天然温泉に入浴したりと、大人の休日を楽しんで頂けます。  
高原リゾートを満喫し、大人の休日をエンジョイしませんか？

エンジョイ！ 車山高原ハイキング！  
～自然解説員が同行！ 車山の魅力をご案内します～



ジムアテンダント  
高藤 圭

展望リフトを使って気軽に、また爽やかに  
ハイキングをしながら日本の名峰を一望で  
きる車山山頂(標高1925m)へ。ここか  
ら涼風に揺れる草花と迫力の山岳パノラ  
マが楽しめるハイキングコースのスタート  
です。車山高原には、四季折々の高山植物  
が可憐に咲き、国天然記念物の八島ヶ原湿  
原などの自然豊かなコースがあり、その魅

力をインタープリター(自然解説員)が丁  
寧にご案内致します。標高が高く、気温も  
涼しいためとても歩きやすいコースとなっ  
ていますので、どなたでもご参加頂けま  
す。是非とも一緒に美しい景観とダイナ  
ミックな自然を体感しながら360度の  
パノラマを楽しめるハイキングへ行きま  
しょう！

エンジョイ！  
高原テニス！



テニスコーチ  
山下 任美

さあ、残暑の厳しい東京を離れて、自然  
溢れる八ヶ岳のリゾートホテルへ。高原  
の澄んだ空気を胸いっぱい吸い込みなが  
ら、いつもとは違った環境の中で思う存  
分テニスを楽しみませんか？  
そして、旅の夕食は美味しいフレンチ  
ディナーを楽しみ、ホテルの天然温泉で  
は満天に広がる星空を眺めながら、ゆっ  
くりとのんびりと日頃の疲れを癒しま  
しょう！

エンジョイ！  
高原ゴルフ！



クラブライフプランナー  
岩井 憲政

八ヶ岳の山麓の広大な大自然の中にレイ  
アウトされた小海リエックスカントリー  
クラブのコースは格別です。八ヶ岳から  
の風が爽快地に吹くこの高原コースは、暑  
い東京とはまるで別世界にいるかのよ  
う！ スコアは気にせず？、開放感溢れ  
る広いフェアウェイで、いつもより近い青  
空に向かって気分爽快なショットを是非  
ともお楽しみ下さい！

ゆったり  
観光コース



リバティヒルパークーション  
岩崎 治幸

「キューヴェ三澤」の明野ミサワワイナリー  
は、ワイン作りの工程をすべて管理して  
いる甲州を代表するワイナリーです。  
秋の収穫前のぶどうが実る自慢のワイ  
ナリーを見学し、ワインセミナー、ワイン  
6種類のテイステイングを楽しみます。  
そして、地産地消のファームレストラン  
で、ごゆっくりランチをお召し上り頂いた  
後は、八ヶ岳リゾートアウトレットで  
ショッピングをお楽しみ下さい。



テニス参加費用 1日あたり ¥8,100(税込)

小海リエックステニスコート  
オムニコート(悪天候時はインドアコート使用)



ゴルフ参加費用  
9月5日 ¥9,940(税込) 9月6日 ¥14,980(税込)

小海リエックスカントリークラブ



観光コース参加費用 ¥8,910(税込)

明野ミサワワイナリーと  
八ヶ岳リゾートアウトレット



参加者  
募集中

詳しくはパンフレットをご覧ください。

お申し込み・お問い合わせは、リバティヒルクラブ フロントまでお気軽にどうぞ。

出発日 2014年9月5日(金)～6日(土) 1泊2日  
旅行費用 基本旅行代金 お一人様 ¥29,980(税込)(二人部屋ご利用の場合)  
この他に各種プログラム参加費用が加算されます。  
募集人数 合計24名様限定(最少催行人員20名様)  
申込締切日 2014年8月10日(日)

## LHC&JITC男子ダブルス

2014年5月10日(土)

爽やかな風薫る5月に男子ダブルスを開催致しました。

当日は天候にも恵まれ、JITCとLHC合同での白熱した試合が繰り広げられました。

新たな目標の設定やモチベーションを高めるきっかけづくりに役立てて頂けるようなイベントを今後も企画してまいりますので、皆様のご参加をお待ち申し上げます。

(テニスコーチ 山下任美)

## 新緑ゴルフツアー in 日光

2014年5月20日(火)・21日(水)

新緑が眩しい「パインズ日光ゴルフ倶楽部」でのゴルフツアーを開催致しました。

当初、雨天の予報でしたが、初日は雨に降られることなく、心地よい気候の中、ゴルフを楽しんで頂きました。

広々としたコースでプレイした後は、「日光石亭温泉ホテル」のかけ流しアルカリ性単純温泉で、ゴルフの疲れを癒して頂きました。

夜の懇親会では、参加者の皆様が親睦を深めて頂きました。翌日は雨に降られたため、プレイは中止となりましたが、貸切バスでゆったりと景色を楽しみながら、無事2日間の行程を終えました。次回も皆様のご参加をお待ち申し上げます。

(クラブライフプランナー課 岩井憲政)



フィットネスプログラムをご紹介している「フィットネスプログラム紹介」。連載30回目の今回は、水曜日を開講しているフラダンスIIです。

# FITNESS PROGRAM VOL.30

## 初中級 フラダンスII

水 16:00~17:00 STUDIO 60分



毎回、新しい参加者を迎え、人気の高いクラス。和気あいあいとした雰囲気も魅力の一つ。

### インストラクター 菊井 典子

●2005年、師であるジェイン・ヨシエ・クウレイナニ(オアフ島、Hula Halau Na Opio O Koʻolau 所属)に出会い、師の「観る人に感動を」というフラに惹かれ学び始める。●2009年、師の主宰するHula Halau Na Hula O Ke Kai Maluのインストラクターに認定され、所属HalauにてKeiki(子供)クラス、親子フラクラス、成人クラスを担当。●その他、スポーツクラブ、ダンスカルチャーにて初級、中上級、発表会などの各クラスを担当。●ダンサーとしても、各種イベント、ショー、メディア等に出演。

### 菊井インストラクターへ質問①

#### どんなクラス?

Hulaで家族や仲間の事を《OHANA》と言いますが、そんな表現がピッタリの和気あいあいとした、温かな雰囲気のあるクラスです。レッスンは身体と心をほぐすウォーミングアップから始まり、ベーシックステップ・ハンドモーション練習、振り付け指導、踊りこみと進めていきます。HulaはHawaiiの自然や文化、Hawaii人の心を歌にのせて表現していきます。ただ振り付けをこなすのではなく、曲の意味を知り、背景をイメージし、正しく表現し伝えられるよう学んでいきます。

### 菊井インストラクターへ質問②

#### どんな効果があるの?

Hulaは優雅に見えますが、膝を曲げて踊ります。また、歌の意味をハンドモーションで美しく表現するので、腹筋・背筋のみならず全身の筋肉をしっかり使う為、体幹部も鍛えられます。表情も曲を表現するためには大事な要素。美しく穏やかな笑顔は観ている人を幸せな気持ちにするだけでなく、免疫力も高めます。顔、身体、心のリフトアップ効果も期待出来ます。

### こんな方にオススメ!

★年齢、性別問わず全ての方に…Hawaiiでは老若男女誰もが素敵な音楽にのせて気持ちよく身体を動かしています。★癒されたい方にもおすすめ…青い空、透き通る海、高くそびえる山、甘く香る花々、Hulaの曲は心癒されるものが沢山。美しい南国の曲に合わせて楽しく踊りましょう。★引き締めたい方にも…Hulaは見た目の優雅さ以上にしっかり全身運動。体感を意識して踊れば発汗効果も高まります。★アンチエイジングにも…心地良いHulaのリズムは、ストレスも発散。健康な心身でいつまでも若々しく!!

### レッスン参加者の声

●フラは見るだけでは理解出来ない、踊って分かる、何とも言えない心地良さがあります。菊井先生にそれを引き出して頂いています。●ハワイアンソングに癒されています。●ハワイアンの素敵な曲に合わせて和気あいあいとした雰囲気の中で楽しくレッスンしています。フラは動きを合わせて美しく見せるものですので、生徒皆で心一つにして、菊井先生の優雅なフラに少しでも近づけるよう頑張っています。●菊井先生の踊りが素敵でとても綺麗です。教え方も熱心で、丁寧なので、集中してレッスンを受けています。毎週、フラの時間を楽しみにしています。●菊井先生のレッスンはとても優雅で、HULAの歌詞の内容を感情豊かに表現して踊れる様にご指導して頂き、楽しく癒される時間です。菊井先生に出会えた事をとても嬉しく、感謝しています。



## エンジョイソシアル

普段、試合形式の少ない方々に、ゲームの楽しさを感じて頂くためのイベントです。

参加資格▶ピギナークラスおよびゲーム&レッスン1にご参加の方

開催日時▶2014年7月19日(土) 15:00~17:00

会場▶リバティヒルクラブ ルーフコート

参加費▶お一人様¥2,700(税込)

募集人数▶先着10名様



## エンジョイダブルス

中級者以上の方対象。これまでのレッスンの成果を試すダブルスのイベントです。

参加資格▶ゲーム&レッスン2以上のクラスにご参加の方

開催日時▶2014年7月21日(月) 10:20~14:30

会場▶リバティヒルクラブ ルーフコート

参加費▶お一人様¥3,888(税込)

募集人数▶先着12名様

## SUNDAY'S SPECIAL

毎週日曜日の特別プログラム

インストラクター  
高山 栄士

Takayama Hideto

エアロビクスとダンスエクササイズを組み合わせたレッスンです。  
初中級の方を対象としたプログラムで、リズムカルに身体を動かします。

2014.07.06 [sun]



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

7/6	ファンエアロ	講師 高山 栄士	エアロビクスとダンスエクササイズを組み合わせたレッスンで、思いっきり汗を流しましょう。(初中級)
7/13	パワーヨガ	講師 山田乃梨子	普通のヨガに比べて、筋力を必要とするポーズをとり、脂肪を燃焼させます。パワーヨガで、美しいスタイルを作りましょう。(初級)
7/20	バレトン	講師 miyuki	フィットネス&バレエ&ヨガの3つの要素を融合した、アメリカ生まれの新感覚のフュージョン系エクササイズ。柔軟性やリズム感に自信のない方もオススメです。(初級)
7/27	ボクササイズ	講師 五十嵐明美	脂肪燃焼、体力向上に効果的なボクシングスタイルのクラスです。さらに、ストレス解消も図れます。(初中級)

世界最大のフェスティバルで四つ星に輝く  
実力派タップダンスグループ  
「TAP DO!」  
華麗なるパフォーマンス!!

TAP DO!

タップダンサー、ミュージカル俳優、ミュージシャンで構成されたタップダンスグループ。  
2008年に世界最大のフェス「英国エジンバラ・フリンジ・フェスティバル」で4つ星を獲得。



2014.7.5 Sat



「アヤオーケストラ」  
ピアノとサックスの  
ジャズライブ

リバティヒルクラブは、2000年7月7日にオープンし、会員の皆様に支えられて、今年14周年を迎えます。日頃の感謝を込めて、来る7月5日(土)に、アニバーサリーパーティーを開催致します。

「好評頂いている『アヤオーケストラ』のピアノとサックスによるジャズライブをお聴き頂きながら、ご歓談やラウンジフィガロのスペシャルピフエをお楽しみ下さい。ショータイムには、世界最大のフェスティバルで4つ星に輝いたタップダンスグループ「TAP DO!」による華麗なるダンスショーをご覧ください。

また、クラブライブプランナー藤田景によるアナログレコードMIXで80年代の曲をお届け致します。

ご家族・ご友人をお誘い合わせの上、是非、ご参加下さいますよう、ご案内申し上げます。

- 開催日時: 7月5日(土) 開演18時30分(開場18時)
- 定員: 100名様
- 料金: 6,500円(税込)
- スペシャルピフエ(立食形式・フリードリンク)
- ドレスコード: リゾートカジュアル
- お申込締切日: 7月3日(木)
- ゲストの方もご参加頂けます。
- キャンセル料: 3日前〜前日: 50%、当日: 100%
- お支払いは、開催日前日までにお願致します。
- お申し込みはフロントにて承ります。