



冬休み 特別企画

肌にやさしい みつろりリップづくり

みつろうで肌にやさしいリップを作ってみよう！

講師 南館 則江 先生

1/13 月祝

10:00~12:00

場所 市民センター
大集会室

定員
10名

小学生～シルバーまで
ご参加いただけます



講師は
エコラップづくりの
南館先生です♪



参加費＋材料費1,500円をご用意ください。

※親子で2人以上のご参加の場合、お子さんの材料費は1人300円です。



の楽しみ方 コーヒー教室

講師 伊藤 寛 先生

場所 平館コミセン

- ・参加費＋試飲・デザート代に
1,500円をご用意ください。
- ・どちらか1回のみのご参加も可能です。

成人以上の方

定員
各6名

第1回 12/7 土
13:30~15:00

コーヒーの飲み比べをしよう

第2回 1/18 土
13:30~15:00

自分好みの入れ方を発見!?



家にこもりがちな
冬に楽しめる
コーヒー教室です



総合型地域クラブ わくわく八幡平

12月・1月 開催教室のお知らせ

12月 DECEMBER						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2 バドミントン ★★	3 バレー ボール	4	5	6 ZUMBA®	7 床バレー コーヒー
8	9	10	11	12 バドミントン ★★ 市役所 30分 からだケア	13	14 アクティブ キッズ
15	16	17 バレー ボール	18 ZUMBA®	19 田頭 30分 からだケア	20 ピラティス	21
22 からだ ケア	23	24	25 クリスマス	26	27	28
29	30	31				

01月 JAN						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 クリスマス ケーキ作り	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12 アクティブ キッズ	13 リップ づくり	14 バレー ボール	15 ZUMBA®	16 バドミントン ★★ 田頭 30分 からだケア	17 ピラティス	18 コーヒー
19	20	21	22	23 バドミントン ★	24	25 床バレー
26 からだ ケア	27	28 バレー ボール	29 ZUMBA®	30	31	



総合型地域クラブわくわく八幡平

八幡平市田頭第39地割80番1
090-8788-2993 (平日10:00~16:00)
イベント当日などの緊急時はこの限りではありません。

✉ waku8gogo@gmail.com

お問い合わせに便利な公式LINE!

申し込み後のキャンセル連絡や
教室の質問などお気軽にご利用ください♪
(10:00~20:00の対応時間外は翌日回答となります)



アクティブ・キッズ・プログラム

講師 山口 朋文 先生

定員
20名

子どもたちは楽しく遊ぶだけ！
運動の基礎になる力を
色んな遊びを通して養う教室です。

12/14 土 平館コミセン

1/12 日 10:30～11:30
年中～小学3年生



何をするかは
毎回ちがう!?
お楽しみ教室です！

にこにこ バレーボール教室

講師 八幡 なのは 先生

定員
10名

初めての子も大歓迎！
遊んでるうちに
バレーボールの基礎が身についちゃう！

12/3 火 田頭小学校

12/17 火 16:30～17:30
年長～小学6年生

1/14 火

1/28 火



床バレエ教室

講師 菊池 春香 先生

定員
20名

「床に寝て痩せる体に生まれ変わる」
リピート参加続出の教室です！

12/7 土

1/25 土

平館コミセン

10:30～11:30
どなたでも参加OK

お持ちの方はヨガマット
(貸し出しもあります)



優雅な音楽の中でのバレエエクササイズは効果絶大！
ぜひご体験ください

ZUMBA® 教室

講師 emi先生

定員
15名

先生の動きを真似て踊るだけ！
誰でも楽しくダンスエクササイズ♪

12/6 金

12/18 水

1/15 水

1/29 水

田頭コミセン

19:30～20:30
どなたでも参加OK



バドミントン教室

講師 ふじぼん 先生

★が多いほど楽しい！？

平館コミセン

18:30～20:00
どなたでもOK

定員
16名

12/2 月 ★★★



お持ちの方はラケットをご持参ください(貸し出しもあります)

田頭コミセン

16:00～17:00
※4年生以上

定員
10名

12/12 木 ★★★

1/16 木 ★★★

18:30～20:00
どなたでもOK

1/23 木 ★



久々の
夜開催です！

ピラティス教室

講師 地館 美雪 先生

定員
15名

歪んでしまった姿勢や骨格を整えて
素敵なBODYを手に入れましょう！

12/20 金

1/17 金

田頭コミセン

19:30～20:30
どなたでも参加OK

お持ちの方はヨガマット
(貸し出しもあります)



わくはち教室 300円OFFクーポン

わくわく八幡平主催教室にてご利用いただけます。
1枚につき1名、1回ご利用できます。

有効期限 2025/03/31

からだケア教室 ヨガ&ストレッチ

講師 佐藤 菜津子 先生

定員
15名

ヨガやストレッチの動きで
身体と気持ちをすっきり整えます。
自分をたっぷり労わる教室です。

12/22 日

1/26 日

平館コミセン

10:30～11:30
どなたでもOK

お持ちの方はヨガマット(貸し出しもあります)



30分のミニ開催！

お仕事帰りにお立ち寄りください！
持ち物は不要です！

12/12 木 市役所(多目的ルーム1)

※無料開催

17:30～18:00

12/19 木 田頭コミセン

1/16 木 18:00～18:30



※天候によりオンライン開催となる場合があります。
ご了承ください。

10歳未満のお子様の参加は、保護者の見守りをお願いいたします。
スポーツイベントは屋内シューズ、タオル、飲み物をご持参ください。

イベントの様子やお知らせはこちらでチェック！
わくはちのイベントをお見逃しなく！



SNS
Instagram Facebook



公式HP
http://wakuhachi.com/

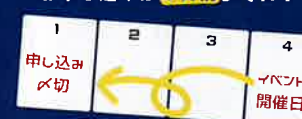
このチラシは、スポーツ振興くじ助成金を受けて作られたものです

スポーツくじ WINNER 0000 BIG

参加のお申込はこちらから！



お申し込みは3日前までに！



※定員に達した場合、
早期に受付終了する場合があります。

4/1～3/31	幼児 (年少児～年長児)	キッズ (小学生～中学生)	一般 (高校生以上)	シルバー (65歳以上)
会員年会費	800円	1,500円	2,000円	1,500円
イベント参加費 (会員)	300円	400円	500円	500円
イベント参加費 (非会員)	600円	800円	1,000円	1,000円

※非会員の方は、参加費のみいただきます。
※イベントによって、別途材料費を頂くことがあります。