



## エメラルドホール音楽祭

地域の音楽愛好者が一堂に会し、音楽のバトンをつないでいく形式の演奏会です。共に音楽を楽しむ貴重な機会です。

**時** 3月15日(土) 10時～(開場9時30分～)  
**所** エメラルドホール **¥** 無料 **申** 不要

## DANCE PARTY ～ダンスで繋がる心とリズム～

地域の中学生たちが、ワークショップを通じてダンスを創り上げてきた成果を発表する場として、特別なイベントを開催します。中学生たちの一致団結したパフォーマンスをぜひご覧ください。スペシャルゲストとして、この地方で活躍しているダンスチームも登場し、会場を更に盛り上げます！

**時** 3月23日(日) 14時～(開場13時30分)  
**所** シアターサウス **¥** 無料 **申** 不要

## エメラルドモーニングコンサート Op.3 Violin! Violin!! Violin!!!

平日の午前、上質な音楽を聴きながら過ごす優雅なひとときをテーマに開催するコンサート。今回はクラシック音楽の花形とも言えるヴァイオリンという楽器の魅力を存分に味わえる名曲たっぷりのコンサートです。

**時** 3月21日(金) 11時～(開場10時)  
**所** エメラルドホール  
**出演** 中瀬梨予(ヴァイオリン)、安田和恵(ピアノ)  
**曲目** ツィゴイネルワイゼン、チャルダッシュ、ハンガリー舞曲、タイスの瞑想曲 ほか  
**¥** 【全席自由】500円  
**申** 直接



中瀬梨予▷

## 2025 エメラルドカルチャークラブ第1期 受講生募集

### ▼骨盤バランスエクササイズ

骨盤内の血液循環を良くし、インナーマッスルを鍛えます。

**時** 4月8日、22日、5月20日、27日、6月3日、17日、7月1日、15日の火曜日  
19時30分～20時20分(全8回)  
**講** 井上弥生氏(骨盤ケアインストラクター)  
**対** 18歳以上 **定** 40人(先着順) **¥** 4,500円

### ▼女性のためのやさしいヨガ

身体をほぐしてから、自分の呼吸に合わせて動いていきます。

**時** 4月9日、23日、5月14日、28日、6月11日、7月2日の水曜日 11時～12時(全6回)  
**講** 佃裕美氏(沖ヨガインストラクター)  
**対** 女性 **定** 25人(先着順) **¥** 3,000円

### ▼リラックス健康ヨガ講座

免疫力アップのため、一緒に体を動かし、心身ともに健康的な毎日を過ごしましょう。

**時** 4月17日、5月8日、22日、6月5日、19日、7月3日の木曜日 10時～11時30分(全6回)  
**講** 松井りさ氏(ヨガインストラクター)  
**対** 18歳以上 **定** 25人(先着順) **¥** 3,000円

### ▼気になる体をチェンジ！バレトン講座

フィットネス、バレエ、ヨガの3つの要素を取り入れたトレーニングです。

**時** 4月18日、5月16日、30日、6月6日、20日、7月4日の金曜日 10時30分～11時30分(全6回)  
**講** 森杏菜氏(バレトンインストラクター)  
**対** 女性 **定** 15人(先着順)  
**¥** 3,000円

### ▼大人のための夜ヨガ講座

週の半ばに疲れをリセット！アロマの香りにつつまれた癒しの空間でヨガを楽しみましょう。

**時** 4月16日、5月21日、6月18日、7月16日の水曜日 19時30分～20時30分(全4回)  
**講** 松井りさ氏(ヨガインストラクター)  
**定** 20人(先着順) **¥** 2,000円

### ▼だれでも簡単！ボクササイズ

ボクシングの基本技術をベースにしたスポーツエクササイズにチャレンジ！

**時** 4月11日、25日、5月9日、23日、6月13日、27日の金曜日 10時30分～11時30分(全6回)  
**講** 向井里美氏 **定** 15人(先着順)  
**¥** 3,000円

全共通

**所** 芸術文化ホール **申** 3月16日(日)10時より直接、18日(火)10時より電話