

kokoro つながりカフェ

4/27 (木)

10:00~11:30

上郷交流館ふれあいホール

*入場無料

第1部 10:00~10:30

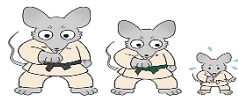
空手ビクス

誰にでもできる空手が基本の
エアロビクス



空手ビクスは、空手を基本としたエアロビクスです。パンチ、キック、ミット、ストレッチなどで構成されます。もちろん組手は、ありませんので、初心者の方でも安心です。ダイエットやシェイプアップに効果抜群、ストレス発散にも最適です。

講師 **加藤清嗣**



空手道5段、師範
19歳で豊田錦支部道場開設。
全日本選手権大会、愛知県大会での優勝経験多数
小学校や各種施設イベント等で空手体験・空手エクササイズ講師として活躍中

第2部 10:40~11:30

チェロコンサート

チェロの音色にいやされます

予定曲目

アメージング・グレイス
小さな世界
春の小川
ロンドンデリーのうた
鳥の歌 他



Cello



演奏 **チェロを楽しむ会**

1999年豊田市にて『チェロを楽しむ会』誕生
初心者から上級者まで、会員約40人が、「あすて」にて活動中。
豊田市民クラシックコンサートを始め、交流館、学校、病院等を訪問。また、2012年から東日本大震災復興支援活動を開始。東北支援チェロアンサンブルコンサートや、東北慰問演奏ツアーを実施



カフェボランティア

花みずき

美味しいコーヒーと笑顔で皆様をお待ちしています。



ボランティア

上郷ジャズクラブ

「kokoroつながりカフェ」の音響、照明、飾り付けをバックアップしています。



豊田市生涯学習センター上郷交流館

(上郷コミュニティセンター内) ☎ 0565-21-1881

*当日は、臨時駐車場として上郷交流館に隣接する上郷グランドにも駐車していただけます。