

S.PLOUNGE

えすぷらうんじ

NLP コーティング講座主催でおなじみ S.PLANET がお届けする、気軽に学べる単発講座です。

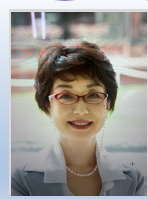
2025-08

ココロ・カラダ・ビューティ・カルチャー・マナーなど、多彩なテーマから旬の単発講座を気軽に受講できる「S.PLOUNGE」。8月の講座は、もちろん二講座！
先ずは光子先生による今話題のレジリエンス回復力 UP 講座。知らずにストレスを溜めていませんか？そんなあなたにぴったり心を鍛える内容です。二講座目は久々のご登壇 Rey 先生による、アストロダイスを使って遊び感覚で知る現状と未来。自身の言葉で導かれるワクワク・ドキドキ感を味わってみませんか？

お得な情報をいち早く GET !

LINE 友だち追加



08 月講座 @S.PLANET	～しなやかな生き方講座～ 折れない心を鍛える 7 つの習慣 レジリエンス回復力入門	
25/08/06/wed	講師：定方 光子 株式会社 La vie きらり 代表取締役	
開催日時：2025 年 08 月 06 日（水）18:30～20:30（受付 18:20～）		
開催場所：S.PLANET(南 1 西 3 札石ビル 4 階)		
受講料：5,500 円（税込）（チケット利用の際は 1 枚） 定員：6 名様		

ストレスがたまると、なかなか気持ちを切り替えられないことってありませんか？無意識につい溜めてしまうストレス。ストレスに振り回される毎日から脱却し、しなやかな強さを手渡します。この講座では実践的なワークを通して、ストレスに対応する力と心の持続力、レジリエンス回復力を身につけます。心の筋肉（メンタルマッショ）を手に入れて、さらなる前向きな人生を創りましょう！

08 月講座 @S.PLANET	～アストロダイスで観て読んで～ あなたの現状と煌く未来を知る	
25/08/30/sat	講師：Ray（レイ） 星詠み師	
開催日時：2025 年 08 月 30 日（土）15:00～17:00（受付 14:45～）		
開催場所：S.PLANET(南 1 西 3 札石ビル 4 階)		
受講料：5,500 円（チケット利用の際は 1 枚） 定員：6 名様		

タロットカードのように、今のあなたの内面や現状を写してくれる星のダイス！カンタンな読み方を手渡します。自身で観て読むことで、より一層深く向き合うことができます。遊び感覚でダイスに触れ、あなたの現状とそして煌く未来を手に入れましょう。ご自身の言葉と共に、アストロダイスとお友達になりませんか？愉しく感性豊かになるだけでなく、自身の言葉で導かれるドキドキ・ワクワクを、ぜひ体感してください。

お申込方法	裏面の申込書に必要事項を記載の上、FAX（011-522-6535）にて下記までお申込ください。 ホームページのメールフォームまたはメールもお申込いただけます。ご不明な点等はお気軽にお問合せください。	
お申込先	株式会社 S.PLANET TEL：011-788-4838 FAX：011-522-6535 〒060-0061 札幌市中央区南 1 条西 3 丁目 8 札石ビル 4 階	http://www.s-planets.com/ 

豪華な講師陣！ かゆいところに手が届く、旬のテーマが今後も続々登場予定！

(下記の講座は開催予定及び企画中の講座です。日程等、変更になる場合があります。最少開催人数：3名。お申込締切は定員に達した場合、または開催日の1週間前です)。

06/28 (土)	15:00-17:00	北原 義昭	～サッと話せてシッカリ絆が結ばれる～ コミュニケーショントレーニング SAT 法	S.PLANET
07/04 (金)	18:00-20:00	村上 隆昭	夏のムラカミ Part 1 生成 AI、はじめまして！優しい入門講座	S.PLANET
07/05 (土)	13:30-17:30	村上 隆昭	●夏のムラカミ Part 2 生成 AI はあなたの一番の理解者	S.PLANET
07/26 (土)	14:30-16:30	大原 雅	～「植物」ふしぎ発見 7～ 都会のオアシス「植物園」への誘い！GO GO！	フィールド ワーク
08/06 (水)	18:30-20:30	定方 光子	～しなやかな生き方講座～ 折れない心を鍛える 7つの習慣 レジリエンス回復力入門！	S.PLANET
08/30 (土)	15:00-17:00	Ray (レイ)	～アストロダイスで覗いて読んで～ あなたの現状と煌く未来を知る	S.PLANET
09/06 (土)	15:30-17:30	藤森 博子	あなたのためのマネー講座 (仮)	S.PLANET
09/29 (月)	18:00-20:00	青木 典子	～ストレッチ講座～ 筋肉を鍛えて生き生き健康美を創る！ (仮)	特別会場

20250610 現在

気軽に学べる単発講座！ お得なチケットで、お友だちと一緒に学ぶのも OK！

受講料	お得な 3 回 6 か月有効チケット ● 使い方の幅が広がりました！ 通常 3 回分 16,500 円 (税込) のところ → 15,500 円 (税込) 3 回チケットは 1 講座をお友だち同士で受講したり、 企業の研修や大切な方へのプレゼント等、自由な使い方ができます		
1 講座：5,500 円 (税込) 上記ラインナップに「●」がついた 特別講座は 2 講座分 (11,000 円) です			
お申込み後、1 週間以内に参加費をお振込みください。 参加費振込みをもって申込みが完了します。 (誠に恐縮ですが、振込手数料はご負担ください) お申込 QR コード		振 込 先	北洋銀行 本店営業部 普通預金：2364806 株式会社 S.PLANET

下記「申込書」にご記入の上、FAX にてお申込みください。
 誠に勝手ながら、定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

FAX 011-522-6535

参加者名 (必須)	携帯電話番号 (必須)	メールアドレス (必須) (PC or mobile)
参加講座 (開催月日・講座名※省略可をお書きください)		
受講料 ① 1 講座ずつ支払：5,500 円 (税込) × 回分 ② 3 回受講チケット利用：15,500 円 (税込) (1 回目受講時、3 回分のチケットをお渡しします) ※お友だちとシェアして利用の場合、参加者名を講座前日までに必ずメールにてご連絡ください。	合計：	円

S.PLANET では原則として、お名前・住所・電話番号・メールアドレスなどのお客様をメールアドレスなどのお客様を特定することのできる情報 (以下、個人情報といいます) を取り扱うにあたっては、「個人情報の保護に関する法律」をはじめとする個人情報の保護に関する法令、ガイドライン及び本プライバシーポリシーを遵守いたします。