

プールからのお知らせ

今年の夏はいきいきプラザのプールで泳ごう!!

夏の水泳教室

日程: 7月7日(日)～8月25日(日)までの
毎週日曜日(8月11日を除く)

時間: ①午前10時～10時50分
②午前11時～11時50分

対象: 満3歳～小学生
(オムツが取れていること)

定員: 各20名

参加費: 1回目 2,000円 / 2回目 1,000円
3回目 500円 / 4回目 無料!
(最大4回まで参加できます。)

◇申込み◇ 現在受付中

- ①右記QRコードを読み取り、
申込フォームに必要事項を入力
- ②当日、プール受付にて
参加費をお支払い(現金のみ)



こども空手教室からのお知らせ

空手ではお子様の基礎体力や精神力を養い、
しっかりとした規律の指導も行っています。
空手を始めてみませんか?

月会費: 週1コース 5,500円 / 週2コース 9,900円(税込)

対象: 小学1年生～中学3年生

開催: 月曜日・金曜日

詳細はお問い合わせください。

なお、『第43回 栃木県空手道少年錬成大会』小学
1年生男子組手の部で福田莉士さんが「敢闘賞」を
受賞しました。

マシンスタジオからのお知らせ

◇コーディネーショントレーニング体験会開催 /
◇コーディネーショントレーニングとは…

身体を思い通りにコントロールする力(コーディネーション能力)を
高めるプログラムです!

遊びながら運動神経を鍛えることができます。
さまざまなスポーツの基礎作りにはいかがですか?

日程: 7月2・9・16・23日(火)

時間: 午後4時～4時40分

場所: 2階エアロビクススタジオ

対象: 年中～年長

定員: 各10名

参加費: 1,000円

裸足でレッスンします

【用意するもの】

- ・動きやすい服装
- ・飲み物
- ・靴を入れる袋

◇申込み◇ 現在受付中

- ①右記QRコードを読み取り、
申込フォームに必要事項を入力
- ②当日、マシンスタジオにて
参加費をお支払い(現金のみ)



浴室からのお知らせ

・7月14日(日)～17日(水)

「ゲルマニウム風呂」

【効能】乾燥肌・肩こり・腰痛・高血圧・

ダイエット効果・

アンチエイジング効果

・7月24日(水)～26日(金)

「きゅうり風呂」

【効能】吹き出物の予防、改善・美白効果・

抗炎症作用・リラックス効果



Cafe Di ORIGAMIからの お知らせ

おすすめ!

夏季限定!!

夏野菜カレー

(スープ付)



…900円



▼参加費 3,200円

▼対象 3歳以上の親子 (12組)

▼日時 8月17日(土)

午前10時～正午

○親子お菓子教室

▼参加費 3,800円

▼対象 小学生～中学生 (12名)

▼日時 8月5日(月)

午前10時～午後0時30分

○キッズキッチン

料理教室のお知らせ