

ウェルネスでみつけよう！私サイズの健康法！

ウェルネスニュース

平成28年4月14日号

総合型地域スポーツクラブ

一般社団法人

愛川ウェルネスネットワーク

クラブ事務局 ☎080-5899-9046

(月～土 9:00～17:00)

✉aikawa-wellness@ezweb.ne.jp

設立5周年記念発表会参加クラス

設立5周年記念活動発表会の参加クラスが決まりましたのでお知らせ致します。又、他団体からも参加の申し込みを頂いておりますので、以下ご紹介させていただきます。多くのお申し込みありがとうございました。今回は残念ながら発表会に出られない方もぜひ応援を宜しくお願い致します！

ウェルネス参加クラス

- ソフトエアロビクス
 - ラテンダンス
 - ボールエクササイズ
 - タイチーダンス
 - ジャズダンス
 - リズム&ストレッチ
 - ヒップホップ
 - AFAA DISCO
 - ウェルネスダンス
- } 無料

他団体

- レフアフラ (フラダンス)
- オハナKアロハ (フラダンス)
- RITOMO LATINO (ラテンダンス)
- UNIT 10 (ジャズダンス)
- ファンキークラブ (ヒップホップ)

AFAA DISCO(アフア ディスコ)

発表会参加決定！

アフアディスコとは、その場で先生の振り付けを見ながら、誰でも踊ることができるとても楽しいダンスです。

石村先生指導のもと、6/26の発表会の舞台上で踊りましょう！全2回のリハーサルを予定しています。(リハーサルに出られなくても出演可能です！)参加費無料ですので是非ご参加下さい。

1回目 リハーサル

5月30日(月) 11:15～12:30
プレイルームにて

発表会当日スタッフ募集

6月26日(日)文化会館での発表会に、お手伝いをして下さる方を募集しております。

内容

- ★受付
 - ★会場案内
 - ★出演者案内
- } 各2～3名

※出演者以外の方で、ご協力くださると助かります。指導者、又は役員までお知らせ下さい。みんなの声に書き入れてくださっても結構です。

ウェルネスニュース

<http://www.aikawa-wellness.net>



ボールEX クラス

発表リハーサルについてのお知らせ

発表会参加クラスの毎月の最終レッスンは発表会リハーサル日としていますが、ボールEX クラスについては①部と②部のクラスがありますので、②部のクラスを発表会リハーサルとさせて頂き、発表会参加者のみで行います。

①9:30~10:40 通常レッスン

②10:45~11:55 発表会リハーサル

※発表会までの間ご不便をおかけすることになりますが、どうかご了承下さいますようお願い致します。

クラブ事務局より

ウェルネス事務局電話は、諸事情により、すぐに応答出来ない事があります。

申し訳ありませんが留守電にメッセージを残して頂くか、メールを入れて頂ければ、折り返しご連絡をいたします。

よろしくご協力をお願い致します。



5月

★お問い合わせ★クラブ事務局
(月~土 9時~17時)
☎080-5899-9046

月			火		水		木				金		土		
太極拳	ソフトエアロ	ラテンダンス	リラックスヨガ	リラックスヨガ	ボールエクササイズ	リズム&ストレッチ	オリジナルエアロ	タイチーダンス	リラックスヨガ	ベーシックエアロ	ジャズダンス	リズム&ストレッチ	ヒップホップ	エアロミックス	
大 畠	深 沢	森 田	吉 川	吉 川	高 柳		森 田	青 木	石 村	吉 川	青 木	深 沢	森 田	深 沢	高柳/石村
11:15~ 12:30	13:30~ 14:45	15:15~ 16:30	13:15~ 14:30	15:15~ 16:30	9:30~ 10:40	10:45~ 11:55	19:30~ 20:45	9:30~ 10:45	11:00~ 12:15	15:30~ 16:45	19:30~ 20:45	9:30~ 10:45	13:30~ 14:45	9:30~ 10:45	13:30~ 14:45
2	2	2	3	3	4	4	4	5	5	5	5	6	6	7	7 高柳
9	9	9	10	10	11	11	11	12	12	12	12	13	13	14	14 石村
16	16	16	17	17	18	18	18	19	19	19	19	20	20	21	21 石村
23	23	23	24	24	25	25	25	26	26	26	26	27	27	28	28
30 石村	30	30	31	31											

★お知らせ★

※□印 ボールエクササイズの会場は和室 (2F) です。

※○印 発表会用リハーサル日です。

ボールエクササイズのリハーサルは発表会参加者のみで行います。

※5/30(月) 11:15~はAFAA DISCO (アフアディスコ) リハーサルです。

★体験随時受け付け中★

運動のできる服装、飲み物、敷物(バスタオル等)持参でお気軽にお越し下さい。

◎レッスン中は携帯電話の電源を切るか、マナーモードをお願いします。