

ウエルネスでみつけよう！私サイズの健康法！

ウエルネスニュース

平成29年12月 7日号

総合型地域スポーツクラブ

一般社団法人

愛川ウエ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

第18回レディースプラザ

フェスティバル

お疲れ様でした！！

今年度初めての試みとして公民館まつりの期間が3日間となり、発表部門は1日になりましたがいかがだったでしょうか？

発表は14団体出演し10時から15時まで、びっしりとバラエティに富んだ内容でした。

ウエルネス発表は50名の方が参加してくださり、7種目に延べ72名の方々が出演してくださいました。公民館まつりまでの練習も含め、今回残念ながら出演しない方々のご協力のもと、一丸となって取り組む事ができました。ありがとうございました。

レディースプラザを使用している団体として、これからも公民館事業への参加協力をして盛り上げていきたいと思えます。多くの方のご協力とご理解をお願いいたします。

また、展示部門ではウエルネス会員の方々が、色々な種目に展示をされているのを観る事ができました。出演者の声を聴いてみました。

<初めての参加者の声>

○初めて参加し心臓がバクバクだったが、出演してよかった。

○強引に誘われて発表に初めて参加しましたが、とても楽しかったです。

また、出たいと思えます！

○自主練習の時みんなで集まって練習したのが、楽しかった。

○自主練習の時に、ウエルネスダンスを教えてもらい、覚えられたのがよかった。

<参加者の声>

○レッスンの時間が少なかったのが不安だったが、自主練習があったので
なんとか自信がついて踊る事ができた

○練習不足で覚えられないところがあったが、間違っても楽しかった。

○やっぱり観ているより、踊ったほうが楽しい！

<観客の声>

○毎年あなた達の演技を観ているけれど、ずいぶんとうまくなったわね！

○時々間違っている方もいましたが、みなさんの一生懸命さは、伝わってきました。

ウエルネスニュース

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

スポーツ倶

toto
THE WELLNESS SPONSOR OF UJEBE

BIG

事務局より

レディースプラザ1階のウエルネスコーナーには毎月発行のウエルネスニュースや各クラス出席簿、入会案内などが設置されています。急なレッスン変更等のお知らせも壁面ボードに掲示されますので会場にお越しの際はご覧ください。

また、「みんなの声」ボックスも設置してあります。

皆さまのご意見、ご感想、ご要望など遠慮なくお寄せ下さい。

素敵なクリスマス、そして良いお年を！



1月

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

月			火			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	エアロミックス	オリジナルエアロ	タイチーダンス	ボールエクササイズ	リラックスヨガ	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 島	深 沢	森 田	吉 川	吉 川	石 村	青 木	石 村	五十嵐	吉 川	深 沢	森 田	深 沢	石 村
10:30～ 11:45	13:30～ 14:45	15:15～ 16:30	13:15～ 14:30	15:15～ 16:30	19:30～ 20:45	9:30～ 10:45	11:15～ 12:30	13:30～ 14:45	15:30～ 16:45	9:30～ 10:45	13:30～ 14:45	9:30～ 10:45	13:30～ 14:45
1	1	1	2	2	2	4	4	4	4	5	5	6	6
8	8	8	9	9	9	11	11	11	11	12	12	13	13
15	15	15	16	16	16	18	18	18	18	19	19	20	20
22 多目的室	22	22	23	23	23	25	25	25	25	26	26	27	27
29 多目的室	29	29	30	30	30								

★お願い★

- ・レッスン参加の際は参加者名簿に○をつけて下さい。
名簿に名前がない場合は、ご自分で記名して下さい。
- ・レッスン中は携帯電話の電源を切るか、マナーモードに
お願い致します。

★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ください。