

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 30年 12月 17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

## 楽しかった！ いつもと違うレッスン

### ウェルネスのクリスマスイベント

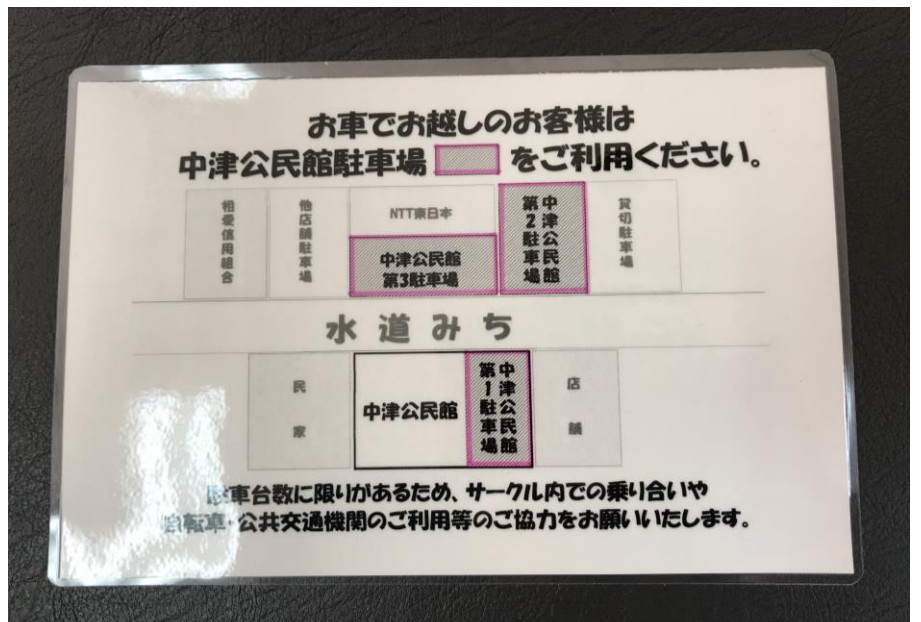


12/16(日)クリスマスの飾りつけをしたプレイルームで、深澤先生、森田先生、小林先生のレッスンを受け、最後に3人の先生の振り付けを一曲にまとめて、踊りました。30名の方が参加して下さり、「こんなレッスン初めて!!」「最高に楽しい!!」との声がありました。

2部は18名の参加で、プレゼント交換や、先生方と有意義な時間を過ごしました。



駐車場が右記のようになりました！折角来られても駐車出来ない場合がありますので、ご注意ください！！お近くの方はなるべく徒歩か、自転車等をご利用くださるよう、ご協力をお願い致します。余裕を持ってお越し下さい！



お車でお越しのお客様は  
中津公民館駐車場 **第2駐車場** をご利用ください。

相愛信用組合	他店舗駐車場	NTT東日本 中津公民館 第3駐車場	<b>中津公民館 第2駐車場</b>	買切駐車場
--------	--------	--------------------------	------------------------	-------

#### 水道みち

民 家	中津公民館	<b>中津公民館 第1駐車場</b>	店 舗
--------	-------	------------------------	--------

駐車台数に限りがあるため、サークル内での乗り合いや自転車・公共交通機関のご利用等のご協力をお願いいたします。

# ウェルネスニュース

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

スポーツくじ

toto  
FOR ALL SPORTS OF JAPAN

BIG

希望者のみ

## ～緊急時一斉メール連絡を始めます～

悪天候などによる急なレッスン休講時等の対応として現在ツイッター連絡とホームページでのお知らせを行っていますが、更に希望者に緊急連絡一斉メールを送信します。

これからの時期、大雪などの悪天候でレッスンが急に休講となる可能性がありますので、ご希望の方は下記愛川ウェルネス事務局のアドレスにお名前と緊急連絡登録希望とメールでご連絡下さい。

※ツイッター連絡も引き続き続けます。

✉ [aikawa-wellness@ezweb.ne.jp](mailto:aikawa-wellness@ezweb.ne.jp)



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	
タイチーダンス	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	ポールエクササイズ	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	シェイプボクシング
石村	大 畠	深 沢	森 田	吉 川	吉 川	石 村	青 木	五十嵐	吉 川	深 沢	森 田	深 沢	山 形
11:05～ 12:20	12:30～ 13:30	13:40～ 14:55	15:15～ 16:30	13:15～ 14:30	15:15～ 16:30	19:30～ 20:45	9:30～ 10:45	13:30～ 14:45	15:30～ 16:45	9:30～ 10:45	13:30～ 14:45	9:30～ 10:45	13:10～ 14:10
				X	X	X	3	3	3	4	4	5	5
7	7	7	7	8	8	8	10	10	10	11	11	12	12
X	X	X	X	15	15	15	17	X	17	18	18	19	19
21	21	21	21	22	22	22	X	24	X	25	25	26	26
28	28	28	X	X	X	X	31	31	31				

★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  
お願いします。

★体験随時受付中★

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。  
お待ちしております!(\*^-^\*)