

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

令和 2年 2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

会員の皆様へのごお願い

気持ち良くレッスンに参加して頂くため、レッスン参加時は皆さんで下記のことを、手分けしてご協力をお願い致します。

- ① 1階受付カウンターから**利用者チェック表**とウェルネスコーナーから **クラス出席簿**と**体験者記入簿**を会場に持って行ってください。
 - ② レッスンを受ける方は必ず **出席簿に〇を記名**してください。名前が載っていない時は、各自で記入して下さい。
 - ③ クラスのどなたかが、**参加人数と出席簿の〇の数が一致**しているか、確認をお願い致します。
 - ④ レッスン終了後に、**利用チェック表**に記入して、1階受付カウンターに戻して下さい。
 - ⑤ **クラス出席簿**と **体験者記入簿**をウェルネスコーナーに戻して下さい。
 - ⑥ レッスン終了後は、全員でお掃除、エアコン、戸締り、消灯等のチェックをお願い致します。
- ※レッスン中は、携帯電話の電源を切るか、マナーモードにして下さい。

《万が一レッスン中に怪我をした
ら！》

* 団体保険に加入 しています *

ウェルネスでは団体総合補償制度費用保険に加入しています。

レッスン中の怪我や、行き帰りの道のりでの怪我の通院、入院の費用保険です。

荒天時には！

大雨や強風など荒天時にはレッスンは中止になる場合があります。

当日のレッスンの変更はTwitter（ツイッター）またはホームページでご確認下さい。

検索 **愛川ウェルネス**

レッスンが行われる場合でも安全には充分注意して、無理をせずお越しください。

ウェルネスニュース

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

『みんなの声』より 貴重なご意見ありがとうございます。

*夜のクラスを増やして欲しい

現在夜のクラスは参加人数が少なく、運営予算や他のクラスとの参加人数のバランスからみても残念ながら増設が難しい状況です。ご要望にお応えできず申し訳ありません。クラス増設に向けては多くの方に楽しんで頂けるようクラブの発展に努めたいと思いますので皆さまのご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

今後もお気づきの点などありましたら『みんなの声』ご意見箱（1F ウェルネスコーナー）にお寄せ下さい。お待ちしております。

愛川町生涯学習課主催

いきいきシニア健康体操教室

日時：2月20日（木）13：30～14：30

場所：愛川レディースプラザ 3F プレイルーム

指導：健康運動指導士 森田恵子

持ち物：運動のできる服装、運動靴、飲み物、タオル

申し込み先：愛川町生涯学習課生涯学習班

☎046-286-4588

3月19日はウェルネス主催の無料プログラム
いきいきシニア健康体操
お待ちしております！



3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	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	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	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
2	2	2	3	3	3	5	5	5	6	6	7	7
9	9	9	10	10	10	12	12	12	13	13	14	14
16	16	16	17	17	17	19	19 森田特別 レッスン	19	20	20	21	21
23	23	23	24	24	24	26	26	26	27	27	28	28
30	30	30	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！（*^-^*）