

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

令和 5年 7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

ポスター掲示ご協力の☆お☆ね☆が☆い☆

愛川ウエルネスネットワーク会員募集のポスターを作成いたしました。

自治会の掲示板やご近所の商店等で掲示していただき
そうなところがありましたら、ぜひお願いしてみてください。

ポスターはウエルネスコーナーに置いてありますので、
お持ち下さい。ご協力をお願いします。

総合型地域スポーツクラブ
一般社団法人

《文部科学省推進事業》

愛川ウエルネス
ネットワーク

《会員募集中》
会員は下記のクラス全部に参加できます!!

月	火	水	木	金	土
タイチーダンス	11:15~12:15	12:30~13:30	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30
ソフトエアロ	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
健康体操	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
リラックスヨガ①	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
リラックスヨガ②	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
オリジナルエアロ	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
ボールEX	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
ジャズダンス	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
ストレッチ	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
ヒップホップ	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
ボクシング	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	
リラックスヨガ	12:15~13:15	13:30~14:30	14:30~15:30	16:30~17:30	

※種目は変更の可能性あり

いつでも無料体験できます!

持ち物: 敷物 (バスタオル・マット等)
汗拭きタオル・シューズ・飲み物

問い合わせ先: クラブ事務局
TEL: 080-5899-9046
メール: aikawa-wellness@ezweb.ne.jp

☆入会のご案内☆

《会費》
2,000円/月 (入会金1,000円)
すべてのプログラムが月に何回でも自由に参加できます
無料体験・見学をお待ちしています
直接会場にお越しください

《活動場所》
中津公民館 (レディスラザ) 3F プレイルーム
神奈川県愛川町中津293-3

ウエルネス無料体験週間報告

今回の無料体験週間は参加者6名で、延べ人数は16名でした。

そのうち2名の方が、入会してくださいました。

体験者がもっともっと参加してくれるようにしたいです
ね! 皆様のご協力に感謝いたします。



6月のクラス別出席状況

	クラス名	6月			
		1回	2回	3回	4回
月	タイチーダンス	21	20	23	23
	ソフトエアロ	19	23	17	17
火	健康体操	33	30	35	×
	リラックスヨガ①	19	23	25	×
	リラックスヨガ②	22	25	21	×
木	オリジナルエアロ	20	15	18	17
	ボールEX	19	22	×	23
	リラックスヨガ	36	×	38	36
金	ジャズダンス	25	24	24	23
	ストレッチ	16	27	25	29
土	ヒップホップ	17	20	18	17
	ボクシング	10	10	×	10
	リラックスヨガ	×	31	×	21



ウェルネスニュース

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



中津公民館まつり



ダンス発表出演者募集



◎発表日 11/12(日) ◎時間 未定

今年はダンスナンバー1曲+ウェルネスダンス1曲の計2曲を公民館まつりで発表します。

ダンスナンバーは8月のソフトエアロ、ジャズダンス、ヒップホップのクラスで練習予定です。通常レッスンの形式で行いますので出演しない方も普段通りレッスンにご参加下さい。9月以降は状況に応じてクラス練習、他リハーサルを行う予定です。

参加申し込みは8月末までに『公民館まつり発表参加申し込み名簿』にお名前をご記入ください。多くのご参加をお待ちしています。

久しぶりの公民館まつり参加を一緒に楽しみましょう!!

皆さまの応援、ご協力を宜しくお願い致します♡



◎会費引き落としのお知らせ

7月27日(木)は
8月、9月分月会費の
引き落とし日です

口座残高のご確認をお願い致します。残高不足だった場合は引き落としができませんので
ご自身で下記ウェルネス口座
にお振り込みをお願い致します。

県央愛川農協 中津支所

(普)0011675

愛川ウェルネスネットワーク



8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	フレンドリー健康体操	リラックスヨガ	リラックスヨガ	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	リラックスヨガ
石村	深沢	小林	吉川	吉川	青木	五十嵐	吉川	深沢	森田	深沢	山形	吉川
11:15~ 12:15	13:30~ 14:30	11:15~ 12:15	13:30~ 14:30	15:15~ 16:15	9:30~ 10:30	13:30~ 14:30	15:30~ 16:30	9:30~ 10:30	13:30~ 14:30	9:30~ 10:30	13:15~ 14:15	14:35~ 15:35
		1	1	1	3	3	3	4	4	5	5	5
7	7	8	8	8	10	10	10	11	11	12	12	12
14	14	15	15	15	17	17	17	18	18	19	19	19
21	21	22	22	22	24	24	24	25	25	26	26	26
28	28	29	29	29	31	31	31					

◎おねがい◎

- ・マスク着脱は個人の判断を尊重しご配慮下さい。
- ・基本的な感染対策は引き続き継続しましょう。
- ・レッスン中は携帯電話の電源を切るか
マナーモードでお願いします。

◎新入会員募集◎体験随時受付中

運動のできる服装(室内靴)、飲み物
敷物(ヨガマット、バスタオル等)持参し
検温を済ませてお越し下さい。

メール予約お待ちしております。

✉aikawa-wellness@ezweb.ne.jp