

2018年

温熱療法館 7月カルチャーのご案内



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---------------------|----------------------|---|---|----------------------------------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| アクアビクス 14:00~15:00 ホットヨガ 16:00~16:50 | 今井ヨガ 14:00~15:00 | ホットヨガ 14:00~14:50 | ホットヨガ 14:00~14:50 フラワーアレンジメント 14:00~15:00 アクアビクス 15:15~16:15 | | 7月7日(土) ピラティス | アクアビクス 14:00~15:00 カラオケ教室 15:00~16:00 ホットヨガ 16:00~16:50 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | | 13 |
| ホットヨガ 13:00~13:50 アクアビクス 14:00~15:00 | 今井ヨガ 14:00~15:00 | ホットヨガは お休みとなります | ホットヨガは お休みとなります フラワーアレンジメント 14:00~15:00 アクアビクスは お休みとなります | | 7月14日(土) ピラティス 13:00~13:45 | ホットヨガ 14:00~14:50 アクアビクス 15:15~16:15 ホットヨガ 16:00~16:50 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| アクアビクス 14:00~15:00 ホットヨガ 16:00~16:50 | 今井ヨガ 14:00~15:00 | ホットヨガ 14:00~14:50 | ホットヨガは お休みとなります フラワーアレンジメント 14:00~15:00 アクアビクスは お休みとなります | ホットヨガ 14:00~14:50 アクアビクス 15:15~16:15 | 7月21日(土) ピラティス 13:00~13:45 | アクアビクス 14:00~15:00 カラオケ教室 15:00~16:00 ホットヨガ 16:00~16:50 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | | 27 |
| アクアビクス 14:00~15:00 ホットヨガ 16:00~16:50 | 今井ヨガ 14:00~15:00 | ホットヨガ 14:00~14:50 | ホットヨガ 14:00~14:50 フラワーアレンジメント 14:00~15:00 アクアビクス 15:15~16:15 | | 7月28日(土) ピラティス 13:00~13:45 | アクアビクス 14:00~15:00 カラオケ教室 15:00~16:00 ホットヨガ 16:00~16:50 |
| 29 | 30 | 31 | ※受講料の他に入館料が必要です。 アクアビクスは、温熱療法館からご入館の方に限らせていただきます。 ☆第4週(22日~28日)はカルチャーウィークです！この週にカルチャーをご利用された方は、特典で温熱療法館の半額券をお渡しします。 ※8日(日)のホットヨガは13:00からに変更させていただきます。 ※10日(火)のホットヨガ、11日(水)のホットヨガ・アクアビクスはお休みさせていただきます。 ※13日(金)にホットヨガ・アクアビクスを開講致します。 | | | |

運動療法料金のお知らせ

| | | |
|----------------------------|---|------------------------|
| ホットヨガ (1階五色岩盤浴、定員7名) : 50分 | → | 入館料 + 1,300円 (岩盤浴込) |
| アクアビクス (さらさ、定員10名) : 60分 | → | 温熱療法館入館料 + 500円 (使用料込) |
| ヨガ (2階ポプラ奥、定員10名) : 60分 | → | 入館料 + 500円 (使用料込) |
| ピラティス (2階ポプラ奥、定員10名) : 60分 | → | 入館料 + 500円 (使用料込) |

趣味の講座料金のお知らせ

| | | |
|---|---|---------------------|
| カラオケ教室 : 60分 《毎週土曜日15:00より2階カラオケルーム》 | → | 入館料 + 500円 (使用料込) |
| フラワーアレンジメント : 60分 《毎週水曜日14:00より2階ポプラ奥》 | → | 入館料 + 2,000円 (花材費込) |

お問い合わせは、温熱療法館2階フロントまたはお電話にて受け付けております。 TEL 0584-34-1313