

上三川いきいきプラザ

☎ 57-0211
FAX 57-0212

休館日
6月29日(土)～30日(日)

スイミングスクールからのお知らせ

「今年の夏はいきいきプラザのプールで泳ごう!!」

随時、スクール会員募集中です。」

水の中で楽しみながら、水泳技術はもちろんのこと、
心身の健康を育成します。

月会費：週1コース 6,160円／週2コース 7,810円

対象：満3歳（オムツが取れたお子様）～中学生

開催：月曜日～土曜日（学年や級によって時間が異なります。）

空き状況や詳細はお問い合わせください。

浴室からのお知らせ

イベント風呂

・6月15日(土)～17日(月)

「ジャスミン風呂」

【効能】冷え性・肩こり・神経痛・

疲労回復・しっしん・あかぎれ

・6月20日(木)～23日(日)

「ゲルマニウム風呂」

【効能】乾燥肌・肩こり・腰痛・

高血圧・ダイエット効果・

アンチエイジング効果

カラオケ

お風呂上がりに

1曲どうでしょうか？

1曲100円カラオケも

あります!!

お気軽にご利用ください。

※持ち込み不可



マシンスタジオからのお知らせ

「In Body測定でトレーニングの目標設定をしよう!!」

～利用方法～ 2枚のチケットが必要です。

施設利用料

+

インボディ

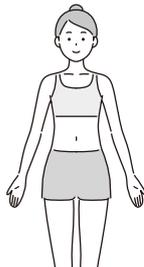
一般 470円

310円

65歳以上 310円

In Bodyとは.....

生活習慣の指標となるBMIや内臓脂肪レベル、
筋肉や脂肪の量を測定することができます。



Cafe Di ORIGAMIからのお知らせ

NEW!!

* トマトとブロッコリーの
冷製サラダパスタ

* ORIGAMIバーガー900円

＼ 店長おすすめドリンク! ／



No.1 まっチャラテ・・・R 530円 / L 580円

No.2 クラッシュカフェモカ.....580円

No.3 ライムスカッシュ.....400円

料理教室のお知らせ

○大人料理教室

▼日時 7月8日(月)

午前10時～午後2時

▼対象 一般男女(12名)

▼参加費 4,400円

○親子お菓子教室

▼日時 7月20日(土)

午前10時～正午

▼対象 3歳以上の親子(12組)

▼参加費 3,500円

○大人パン教室

▼日時 7月3日(水)

午前10時～午後2時

▼対象 一般男女(8名)

▼参加費 4,400円

○大人料理教室～上三川を食らう～

▼日時 7月17日(水)

午前10時～午後1時

▼対象 一般男女(20名)

▼参加費 1,900円

