

ゆめりあ★だより



この時期になると、何か新しいことにチャレンジしたくなりますね♪
運動に興味がある方は、ぜひゆめりあのトレーニング室で体を動かしてみませんか？
初めての方でも安心して利用できるよう、スタッフが対応いたしますので、お気軽にいらしてくださいね❀



Inbody測定会

体重、体脂肪、体型チェック、
筋肉量、筋肉バランス
基礎代謝量、内臓脂肪指数、
エクササイズプラン など



開催日/ 4月18日(木)、22日(月)

時間/ 13時~15時 参加費/ 無料

部屋の貸出しを行っています



【集団検診室】



【保健指導室】



【調理実習室】



【研修室】

便利でお得な

回数券



をご存知ですか？

浴室、トレーニング室、リラクゼーション室に使用可！

現金	回数券
10,000円	11,500円
5,000円	5,500円
1,000円	1,100円

お買い求めは2階受付で！



予約方法や使用料などについては、
ゆめりあ (☎0952-73-9280) まで
お問い合わせ下さい。

ゆめりあ 食堂 元気



【お問い合わせ】 0952-73-1300 または 090-9596-5472

- ▶ 小城市内の**弁当配達**承ります！
- ▶ **宅配弁当定期便**のお申し込み受付中！

感謝状いただきました！

いつもペットボトルキャップの分別・回収のご協力ありがとうございます。

皆様のおかげで、ポリオワクチン5人分のペットボトルキャップが集まりました。

今後も引き続き取り組んでまいりますので、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。



ご意見お聞かせください！

ゆめりあでは、お客様からのご意見を受付けております。館内に設置している意見箱や右下のURLからもご投稿いただけますので、ぜひご活用下さい。



★ 教室カレンダー ★

教室プログラムについて、多くの皆様よりご意見をいただき、誠にありがとうございました。
 様々なご意見を参考にさせていただいた上で、最終調整を行い、下記スケジュールに決定いたしました。
 今後も、皆様に楽しんで参加していただけるよう、精一杯取り組んでまいりますので、
 ご理解とご協力の程、よろしくお願いたします。たくさんのご参加お待ちしております。

	月	火	水	木	金	土
朝	4月1日,8日,22日 10:30-11:15 かんたんステップ トレーニング室料金	4月2日,23日 10:15-11:15 ZUMBA 1回 500円	4月3日,10日,17日,24日 10:30-11:15 ボールde コンディショニング トレーニング室料金	4月4日,18日,25日 10:15-11:15 ZUMBA 1回 500円	4月5日,12日,19日,26日 10:30-11:15 かんたんエアロ トレーニング室料金	4月6日,13日,20日,27日 10:30-11:15 Let'sサーキット トレーニング室料金
		4月2日,9日,23日 11:30-12:30 ベーシックヨガ 1回 500円		4月4日,11日,18日,25日 11:30-12:45 バレエストレッチ 月謝 4,500円		4月6日,13日,20日,27日 11:30-12:00 THE☆ストレッチ トレーニング室料金
昼			4月3日,10日,17日,24日 14:00-15:00 コン活！身体すっきり コンディショニング 1回 500円			
				4月11日,18日,25日 17:10-18:10 きッズチアⅠ 月謝 2,400円	4月5日,12日,19日,26日 17:10-18:10 きッズ体育教室 月謝 3,200円	
				4月11日,18日,25日 18:15-19:15 きッズチアⅡ 月謝 2,400円		
夜	4月1日,8日,22日 20:15-21:15 リラックス・ヨガ 1回 500円	4月2日,9日,23日 19:45-20:45 ZUMBA 1回 500円		4月4日,11日,18日,25日 19:45-20:45 ZUMBA 1回 500円		

★ 重要なお知らせ ★

回数制教室の受講料のお支払いは現金のみとさせていただいているため、
 今後は『ZUMBAへの参加』には回数券が使えなくなります。
 午前中の利用者で、『ZUMBAへの参加』だけを目的として回数券を買われている方々は、
2019年4月末日までに、現在お持ちの回数券をすべて、1階事務室まで持って来てください。
 2019年4月末日までに持って来ていただけなかった回数券につきましては、
 如何なる理由であっても、2019年5月1日以降の受講料支払いには利用できません。

▼ 4月の休館日 ▼

15日(月) 16日(火)

【休館日】毎月3回目の月曜日とその翌日
 (祝日の場合は翌平日とその翌日)
 【利用時間】10:00 ~ 21:30
 (最終入館 21:00)

小城市三日月保健福祉センター『ゆめりあ』
 指定管理者 シンコースポーツ九州株式会社
 TEL 0952-73-9280 FAX 0952-73-9282



指定管理者 シンコースポーツ九州株式会社