



# ★ゆめりあ★だよい



## 浴室リニューアルOpen!!

9/15よりリニューアルオープンした  
「ゆめりあ天照ラジウム温泉」  
日常生活やトレーニングで疲れた身体を癒して下さい♪  
皆様のご来場を心よりお待ちしております(^O^)



※利用料は以前と変更ありません。

## 新教室Start!!!!

何百年もの間、世界中で愛され続けているバレエを通じ、  
身体を動かす楽しさや、しなやかな身体と心をつくれます。



## きつずバレエ生徒募集

時間/14:00~15:00 曜日/土曜日

対象/3歳~9歳 費用/6,000円(4回)



# お楽しみ抽選会

## 10月19日(水)~11月20日(日)

期間中に  
抽選券付回数券を購入して、  
素敵な景品をGETしよう!!!!

※当選発表は11月23日(水)です。

【ゆめりあ回数券使用可能エリア】

・浴室 ・トレーニング室 ・リラクゼーション

その他、  
特定室専用使用のお支払いにもご使用いただけます！

※各種教室の受講料には使用できません。

この機会に是非お買い求めください♪

1等



佐賀牛詰め合わせ

2等



防災グッズ

3等



電気ケトル

※写真はイメージです。



# スタジオ レッスンプログラム

◆◆◆トレーニング室利用者なら誰でも参加可能◆◆◆

●教室の参加申込みは、当日先着順です。●教室受付は、各教室の30分前からスタジオ入口で行います。

	月	火	水	木	金	土
朝	10:30~11:15 ステップ	10:30~11:15 ZUMBA	10:30~11:15 ボールフィットネス	10:30~11:15 ZUMBA	10:30~11:15 かんたんエアロ	10:30~11:15 ヒーリングヨガ
昼			14:00~14:45 はじめてのヨガ			11:30~12:00 GoGoサーキット
夜	19:00~19:30 ダンベルエクサ		20:15~20:45 The★エクササイズ ※10月のみ休講	19:25~20:05 ZUMBA		

※指導員の都合により、教室内容が変更となる場合がございます。予めご了承ください

## 会員制教室 & 回数制教室

◆◆◆スタジオプログラムでは物足りない方にもオススメです◆◆◆

1階事務所にて参加申し込みが必要です。●教室受付は、各教室の2時間前から1階事務所で行います。

時間	教室名	対象	定員	受講料	備考
11:30-12:30	ボール&リラックスヨガ	一般	20名	1回 500円	月
19:45-20:45	リラックスヨガ	一般	25名	2,700円	
14:00-15:00	健康運動教室	一般	30名	1回 300円	毎週 火曜日
17:00-17:45	きッズJ-POPダンス	幼稚園~ 小学生	15名	2,250円	月3回
19:45-20:45	ZUMBA	一般	30名	1回 500円	火
11:30-12:30	ボディケア教室	一般	15名	2,700円	
19:00-20:00	HipHop	中学生~ 一般	30名	3,600円	月4回
10:30-11:30	ママ★フィットネス	一般	20名	1回 500円	第1・3 木曜日
11:30-12:30	バレエストレッチ	一般	20名	3,600円	月4回
14:00-15:00	ロコモ予防教室	一般	30名	1回 300円	毎週 木曜日
17:10-18:10	きッズチアA	幼稚園~ 小学生	15名	2,400円	月3回
18:15-19:15	きッズチアB	小学生 (経験者)	15名	2,400円	月3回
20:15-21:15	Bodyメイキング	一般	10名	12,000円 (トレーニング室利用券付)	全10回
11:30-12:30	ピラティス	一般	20名	1回 500円	第1・3 金曜日
16:30-17:15	きッズダンス(初級)	幼稚園~ 小学生	15名	3,000円	月4回
17:20-18:20	きッズダンス(中級)	小学生	15名	3,200円	月4回
18:25-19:25	きッズダンス(上級)	小学生~ 中学生	20名	3,200円	月4回
14:00-15:00	きッズバレエ	幼稚園~ 小学生	20名	6,000円	月4回
19:45-20:45	パワーヨガ	一般	20名	1,800円	第2・4 土曜日

\*\*\*健康運動教室\*\*\* ロコモ予防教室\*\*\*

時間/14:00~15:00      時間/14:00~15:00

曜日/毎週火曜日      曜日/毎週木曜日

定員/30名 費用/300円      定員/30名 費用/300円

## 10月の休館日


**17日(月) 18日(火)**

【休館日】 毎月3回目の月曜日とその翌日  
(祝日の場合はその翌日と翌々日)

【開館時間】 10:00~21:30

◆◆◆お問合せ先◆◆◆

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

【ホームページ】 <http://ssk-mikazuki.com>

小城市三日月町長神田2312-3 TEL(0952)73-9280