

# ゆめりあ★だより



暑い季節だからこそ、熱いキャンペーンを始めます！  
どんどん紹介して、どんどん得てください！  
お盆も通常営業しておりますので、是非ご利用くださいね♪



なつやすみのしんでは？  
しゅくだいはすすんでる？  
ぼくたちにもあいにきてね♪

## お友達紹介 キャンペーン開催中

8/19(日)まで

トレーニング室

浴室

リラクゼーション室

カナル外聴器

お友達やご家族を紹介すると、  
ゆめりあの利用券が貰える♪

※適用条件がございます。詳しくは、キャンペーンチラシをご覧ください。

## ピークアボディ測定会

8/22(水)より予約受付開始

～体験者の声～

- ・自分の体について知れてよかった
- ・思ったより歪んでいてビックリした
- ・普段の運動を意識して改善します

開催日時 **1日限定**  
10月8日(月)体育の日  
10:00～21:00



筋肉や骨格の状態を透かして見る。  
身体の歪みを3D・CGでチェックしよう！

# 予告

今年もやります！  
8月22日(水)～10月28日(日)  
小城市芦刈ムツゴロウロードレース  
応援キャンペーン！！！！

### 30日間使い放題

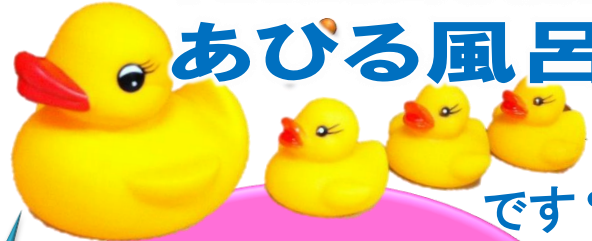
酸素カプセル

ソーラーチ

毎月10日の変わり風呂♪8月10日(金)は、

子どもたちに大人気♪

## あびる風呂



です♡

7月27日(金)から6週連続  
金曜日 14:00～15:00

## 短期運動教室

(全6回)

小学校低学年向けの教室です

8月11日(土)山の日  
11:00～13:00

## 親子で手打ちうどんを作ろう！

保護者1人につき小学生2人まで



夏休みの教室もあるのかあ♪

【予約・申込 受付中】

ロードレースの申し込みは、  
こちらのQRコードから出来ます！

第31回 小城市芦刈ムツゴロウロードレース大会



小城市芦刈ムツゴロウロードレース  
キャンペーン期間中ご利用できる

ソーラーチ情報は、こちらのQRコードから出来ます！





7月30日(月)～8月3日(金)は、総合健診に伴う駐車場の混雑を緩和する為、**10:30開始の教室を休講**することとなりました。  
 教室を楽しみにしていただいている皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、  
 何卒ご了承くださいませよう、お願いいたします。  
 ※11:30開始の教室は、通常どおり開講いたします。



## ★ 教室カレンダー ★

	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 10:30-11:30 【回】 ママ☆フィットネス (第1,3木曜日)	10:30-11:15 かんたんエアロ	10:30-11:15 Let'sサーキット 【会】 8月11日 11:00-13:00 親子で手打ちうどんを作ろう
	 ゆめりあ教室案内 <a href="http://ssk-mikazuki.com/">http://ssk-mikazuki.com/</a> ゆめりあ事務局 ☎ 0952-73-9280	11:30-12:30 【会】 フィットネスフラ		14:00-15:00 【回】 コン活! 身体すっきりコンディショニング	11:30-12:30 【会】 バレエストレッチ	11:30-12:30 【回】 からだ改革
昼				13:00-14:00 【回】 ナチュラルスタイルヨーガ	7/27から6週連続 14:00-15:00 【会】 短期運動教室	13:00-15:10 【会】 きっずバレエ
				17:10-19:15 【会】 きっずチア	15:30-18:10 【会】 きっず体育教室	【会】 7月21日 14:00-15:30 ミニバフェ作り
夜	(現在企画中)	19:45-20:45 【回】 ZUMBA 【会】 7月24日 19:30-21:00 食事について学べる運動教室	19:45-20:45 【回】 ファイティング☆ビート	19:30-20:15 ZUMBA		

【回】…回数制教室 【会】…会員制教室

## ★ 回数制教室一覧 ★

	時間	教室名	対象	定員	受講料
火	19:45-20:45 (60分)	ZUMBA	高校生以上	30名	1回 500円
水	14:00-15:00 (60分)	身体すっきりコンディショニング コン活!	高校生以上	30名	1回 500円
	19:45-20:45 (60分)	ファイティング☆ビート	高校生以上	20名	1回 500円
木	10:30-11:30 (60分)	ママ☆フィットネス (第1・3木曜日)	ママ (子連可)	20名	1回 500円
	13:00-14:00 (60分)	ナチュラルスタイルヨーガ	高校生以上	30名	1回 500円
金	11:30-12:30 (60分)	からだ改革	高校生以上	20名	1回 500円

## ★ 会員制教室一覧 ★

	時間	教室名	対象	定員	受講料	備考
火	11:30-12:30 (60分)	フィットネスフラ	高校生以上	20名	月謝 2,700円	月3回
	11:30-12:30 (60分)	バレエストレッチ	高校生以上	20名	月謝 3,600円	月4回
木	17:10-18:10 (60分)	きっずチアⅠ	年少～小学生	満員御礼	月謝 2,400円	月3回
	18:15-19:15 (60分)	きっずチアⅡ	小学生 (経験者)	15名		
金	15:30-16:30 (60分)	きっず体育教室(幼)	年少～年長児	20名	月謝 3,200円	月4回
	17:10-18:10 (60分)	きっず体育教室(小)	小学生	20名		
土	13:00-14:00 (60分)	きっずバレエⅠ	3歳～小学1年生	15名	月謝 6,000円	月4回
	14:10-15:10 (60分)	きっずバレエⅡ	小学2年生以上			

👉 パッケージ 👈


教室のお申し込み・お問い合わせは、  
 ゆめりあ1階事務室へお越しください♪  
 お盆期間(8月13日～15日)は全教室休講します。

	時間	教室名	対象	定員	受講料	備考
金	14:00-15:00 (60分)	短期運動教室	小学校低学年	20名	全6回 5,000円	7月27日 スタート
土	11:00-13:00 (120分)	親子で 手打ちうどんを作ろう!	小学校保護者	15組	1組あたり 1,500円	8月11日 (山の日)

### ▼ 8月の休館日 ▼


**20日(月) 21日(火)**  
**お盆は通常営業です!**

【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

夢膨らむ  
 笑顔あふれる  
 小城市三日月保健福祉センター



指定管理者  シンコースポーツ九州株式会社

