

柳泉園だより



2024年 05月 vol.36

☆今月のかわり湯☆

- 1日 おたのしみ湯
- 5日 菖蒲の湯
- 8日 アーモンドオイル & オリーブオイルの湯
- 15日 ミントジンジャー
- 22日 ハーブティーの湯
- 26日 立夏ジューシー
メロンの香湯
- 29日 美肌和漢エキス
配合風呂



☆ボディメンテナンス教室☆

5月11日(土)より開催

NEW教室開催します!

時間:12時30分~13時15分

参加費:600円/1回

対象:高校生以上の方~

場所:多目的室1

定員:8名

持ち物:室内履き・タオル・動きやすい服装

蓋つきの飲み物

月一開催の教室になります。

簡単な体幹トレーニングを行う教室です☆

現在も参加者受付中です。

自身のペースでチャレンジしましょう!



☆トレーニング室にNEWマシン登場☆

トレーニング室にチェストプレスが新しく加わりました!

上半身のトレーニングができる機器は今回☆初☆となります!

トレーニング室をご利用になられる方は是非一度ご利用ください!



みんなで
きたえよう!



☆プールご利用の方へおねがい☆

* プールご利用のお客様は各自でくつ袋のご準備をおねがいします。

ロッカーにしまっていていただく際に必要です♪
お忘れになられた方はフロントスタッフまでお声掛けください。

皆様のご協力をお願いいたします。

* 小学3年生までのお子様は高校生以上の保護者の付き添いが必要です。

保護者1名に対し2名まで一緒にご利用いただけます。水着・水泳用帽子を着用し同じプールで手の届く範囲でのご利用をお願いします(^^)!



☆多目的室ご利用の方へおねがい☆

* お部屋を使用後は利用終了時間5分前に現状復旧をして鍵の返却を事務室までお願いします。
返却時間が遅れてしまうと次の方へ貸し出すことが出来ません。皆様のご協力をお願いいたします。



☆各種教室まだまだ募集中です☆

現在開催しております、スタジオ教室とプールプログラム(一部)は当日参加OK!!!
はじめて参加してみたいけど教室が進んでしまっていてついていけないのではないかなど不安に思う方もいるかと思いますが、ご安心ください。
担当講師が丁寧に指導します(^^) / 詳細は館内のポスター又はHPをご覧ください。皆様のご参加お待ちしております。

よるかつ

姿勢改善
教室

ストレッチ &
認知症予防運動

水中
ウォーキング

かんたん
エアロ

アクア
リズム

柳泉園グランドパーク