



# スポーツセンター トレーニングルームだより



Coming Soon

## X'mas Week

19日(火)~23日(土)の各プログラム

クリスマスにちなんだ、グッズや衣装を

身につけてのご参加大歓迎です!!

※運動に支障のない物に限ります。

☆24日(日)はスペシャルプログラム開催☆

詳しくは裏面を見てね♪



【 年末年始のお休み 】



12月29日(金)から1月3日(水)まで休館となります。

1月4日(木)より通常開館です。

### My second baby is coming soon !

出産に備えて1月4日(木)より、お休みにいらさせていただきますこととなりました。昨年4月に第1子を出産し、今年復帰したばかりでの第2子妊娠となり、落ち着かない日々を過ごしておりますが、職場の理解と、皆さんからの温かいお言葉に励まされ、感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。

残り少ない時間にはなりますが、たくさんお話ししましょうね♪

鈴木 佳穂吏

予定日  
2月14日



# スペシャルプログラム エアロビクス3

日にち 12月24日(日)

時間 14:00~15:30

場所 スポーツセンター2階スタジオ

対象 中学生以上

定員 50名

参加費 市内在住・在勤の方

大人100円 中学生50円

市外の方

大人150円 中学生70円



1時間半のレッスンです!!  
サンタクロースやトナカイの衣装大歓迎です♪  
(動きやすい範囲でね♪)

【お問合せ】

NPO 法人羽村市体育協会

TEL 042-555-1698

FAX 042-555-1699

E-mail taikyou-m@sage.ocn.ne.jp

