

月	火	水	木	金	土	日														
<p>4月1日より3年間の指定管理受託 平成21年4月に山鹿市より指定管理を受け、多くの皆様に支えられて3年間の管理を終え、今年度4月より新たに3年間の指定管理を受けさせていただきますことになりました。今後も、職員一同心を一つにして、利用者に喜んで頂けるサービスをご提供したいと思っております。 どうぞ、よろしくお願いいたします。 (安田建物管理株式会社)</p>		<p>〈山桜よりお知らせ〉 ◆3月26日〜4月30日まで たけんこ街道 「かぐや姫膳」1200円 ◆お花見弁当1000円より 季節限定の山桜弁当をご賞味ください。</p>		<p>ゆ〜かむ春の感謝祭 4月21日(土) 13:00~15:00 レストラン大広間にて、盛りだくさんの出し物をご用意しています!</p>		<p>1 岳間ぐるっとウォーク (9:30~12:00) ストレッチ (13:30~14:00)</p>														
<p>2 モーニングストレッチ(米ヶ田) (11:00~11:40) リラクゼーションストレッチ(米ヶ田) (13:30~14:00) ヒップホップダンス(坂本)(20:15~21:15) ジュニア水泳教室</p>	<p>3 ストレッチ (13:30~14:00)</p>	<p>4 骨盤矯正体験教室 (13:30~15:30) ジュニア水泳</p>	<p>5 休館日</p>	<p>6 ストレッチバランスボール (13:30~14:00) リフレッシュエクササイズ(和住)</p>	<p>7 ヨガ教室(尾田) (13:30~14:30) ソフト整体(12時~17時) ジュニア水泳教室</p>	<p>8 ストレッチ (13:30~14:00)</p>														
<p>9 モーニングストレッチ(米ヶ田) (11:00~11:40) リラクゼーションストレッチ(米ヶ田) (13:30~14:00) ヒップホップダンス(坂本)(20:15~21:15) ジュニア水泳教室</p>	<p>10 ストレッチ (13:30~14:00)</p>	<p>11 水中運動教室(甲斐) (11:00~11:40) 骨盤矯正施術(加藤ラフィック) (13:30~17:00) 水中運動教室(15:00~15:30) ジュニア水泳</p>	<p>12 休館日</p>	<p>13 ストレッチバランスボール (13:30~14:00) ステップ&ボールエクササイズ(和住)</p>	<p>14 ヨガ教室(尾田) (13:30~14:30) ソフト整体(12時~17時) ジュニア水泳教室</p>	<p>15 ストレッチ (13:30~14:00)</p>														
<p>16 モーニングストレッチ(米ヶ田) (11:00~11:40) リラクゼーションストレッチ(米ヶ田) (13:30~14:00) ヒップホップダンス(坂本)(20:15~21:15) ジュニア水泳教室</p>	<p>17 絵手紙教室 ストレッチ (13:30~14:00)</p>	<p>18 水中運動教室(甲斐) (11:00~11:40) 骨盤矯正施術(加藤ラフィック) (13:30~17:00) 水中運動教室(15:00~15:30) ジュニア水泳</p>	<p>19 休館日</p>	<p>20 ストレッチバランスボール (13:30~14:00) リフレッシュエクササイズ(和住)</p>	<p>21 春の感謝祭 ヨガ教室(尾田) (13:30~14:30) ソフト整体(12時~17時) ジュニア水泳教室</p>	<p>22 ストレッチ (13:30~14:00)</p>														
<p>23 舞踊の日 モーニングストレッチ(米ヶ田)(11:00~11:40) リラクゼーションストレッチ(米ヶ田) (13:30~14:00) ヒップホップダンス(坂本)(20:15~21:15) ジュニア水泳教室</p>	<p>24 ストレッチ (13:30~14:00)</p>	<p>25 水中運動教室(甲斐) (11:00~11:40) 骨盤矯正施術(加藤ラフィック) (13:30~17:00) ジュニア水泳</p>	<p>26 休館日</p>	<p>27 ストレッチバランスボール (13:30~14:00) 青竹&ボールエクササイズ(和住)</p>	<p>28 ヨガ教室(尾田) (13:30~14:30) ソフト整体(12時~17時) ジュニア水泳教室</p>	<p>29 ストレッチ (13:30~14:00)</p>														
<p>30 モーニングストレッチ(米ヶ田) (11:00~11:40) リラクゼーションストレッチ(米ヶ田) (13:30~14:00) ヒップホップダンス(坂本)(20:15~21:15) ジュニア水泳教室</p>	<p>〈有料教室のご案内〉 ◆(月・水・土)ジュニア水泳 (エクセレント水泳教室主催) ◆第3火曜日 絵手紙 奥村先生 1回500円 ◆(月)ヒップホップダンス 坂本先生 1回500円(初回体験は無料) ◆(水)水中運動 甲斐先生 1回200円(会員)500円(ビジター) ◆(金)リフレッシュ 和住先生 1回200円(会員)500円(ビジター) ◆(土)ヨガ 尾田先生 1回200円(会員)500円(ビジター) ◆個人水泳 時間は個別に対応。30分500円</p>		<p>骨盤矯正施術(水曜日)</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>会員</td> <td>ビジター</td> </tr> <tr> <td>全身Aコース(45分)</td> <td>3000円</td> <td>4000円</td> </tr> <tr> <td>上肢Bコース(20分)</td> <td>1500円</td> <td>2500円</td> </tr> <tr> <td>下肢Cコース(20分)</td> <td>1500円</td> <td>2500円</td> </tr> <tr> <td>体験Dコース(10分)</td> <td>1000円</td> <td>1500円</td> </tr> </table>			会員	ビジター	全身Aコース(45分)	3000円	4000円	上肢Bコース(20分)	1500円	2500円	下肢Cコース(20分)	1500円	2500円	体験Dコース(10分)	1000円	1500円	<p>ソフト整体 全身 3500円 部分 2000円 (ご予約優先)</p>
	会員	ビジター																		
全身Aコース(45分)	3000円	4000円																		
上肢Bコース(20分)	1500円	2500円																		
下肢Cコース(20分)	1500円	2500円																		
体験Dコース(10分)	1000円	1500円																		