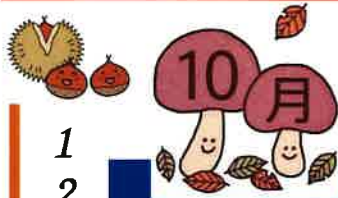


アイルだより



新レッスンはスタートします!!

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12

夜☆トレ

毎週月曜日
19:15~20:15

《10月の開催日》
1日(月)
15日(月)
22日(月)

月替わりに内容が変わります
10月・・・バランスボール
11月・・・太極舞
12月・・・ヨガ



☆講師・・・小松インストラクター

※参加費：500円(当日予約)

9(火) 休館日
10(水) 休館日

今月はバランスボール!! 体幹を鍛えよう!!

アイル「手づくりマルシェ」開催します

10月28日(日)

10:00~16:00

約60店舗
出店!!

手作りの布小物やアクセサリなどかわいい雑貨屋さん多数出店!!
癒しコーナーではアロマセラピーやマッサージ、マヤ暦など体験ください



ウォーターバルーン 同時開催!!

場所：屋外特設プール

10:00~16:00

※悪天候の場合は中止することがあります。ご了承ください



13(土)
14(日)
15
16
17
18
19
20(土)
21(日)
22
23
24
25
26(金) ふるの日

ふるの日は
混雑が予想されます
予めご了承ください

28(日) マルシェ

11月18日(日)健康フェスタ!!

待ってまへず♪

10:00~16:00

健康相談、体力測定、手づくりマルシェ
フリマ、イベントレッスン、生け花展開催!!



小城市主催
ARKウォーキング
同時開催
(西側公園にて)

ご自宅のお風呂で温泉を楽しもう!!

温泉スタンド

【泉質】 ナトリウム炭酸水素塩泉
 【効能】 神経痛、筋肉痛、運動麻痺
 冷え性、疲労回復
 きりきず、やけど、慢性皮膚病

**温泉水を入れる
ポリ容器をご持参ください**

アイル館内の券売機で温泉水の利用券（100円）を購入後
 温泉プールのフロントにて「専用メダル」に交換してください



←メダル1枚で20リットルの
温泉水が出ます



※アイルの温泉水は飲用ではありません



温泉スタンド前には
駐車スペースが2台あります

イベント
レッスン

アロマヨガ



時間 11:00~12:00

参加費：500円※事前予約制



10月14日（日）、21日（日）

スイミングスクールのご案内 無料体験随時受付中!!!!



園児から成人の方まで参加できます
 プールスタッフが丁寧に指導いたします

スイミング問合せ先
 TEL0952-51-5062

☆小城市牛津保健福祉センター「アイル」☆



お問合せ先



指定管理者 シンコースポーツ九州株式会社
 大成有楽不動産株式会社 共同事業体



〒849-0306 小城市牛津町勝1221-1 ●ホームページ <http://ssk-ushidu.com>
 tel 0952-51-5515 fax 0952-66-5455 ●メールアドレス ushidu@shinko-sports.com

利用料金

温泉・プール

トレーニングルーム

高校生以上・・・500円
 小・中学生・・・250円
 3歳以上・・・100円
 3歳未満・・・無料

高校生以上 2時間以内・・・300円

トレーニングルーム+温泉・プール

高校生以上 セット料金・・・600円

休館日

10月 9日(火)・10日(水)
 11月12日(月)・13日(火)

開館時間

10:00~21:30(最終受付21:00)

ポイントカード 特典

- 毎月11日・22日
ご夫婦・カップルで
ご利用の方
プラス1ポイント

体育の日
アイルで
運動しよう!!

10月8日
(月・祝日)

温泉&プール
トレーニング
3ポイントの日

- お誕生日
「1ポイント」プレゼント
お誕生日当日にご利用の方



月曜日	温泉&プール	2ポイント
火曜日	トレーニング	2ポイント
水曜日	60歳以上	2ポイント
木曜日	温泉&プール	2ポイント
金曜日	トレーニング	2ポイント

30ポイント
達成でお得な
サービス

- 温泉・プール
- トレーニングルーム
- スタジオレッスンのいずれか



1回無料

アイル「ふろの日」



毎月26日は、有料入浴者に
無料券を配布します

(※サービス券・無料券ではお渡ししておりません)

当日、券売機で購入した利用券、または
回数券で入浴されたお客様限定です



弁当・惣菜・季節のお野菜
くだもの販売しています

お弁当・お惣菜は
毎日11時前後に入荷予定です 場所：事務室前

※お弁当は数に限りがあります
団体でお越しの際は事前に
ご予約をお願いいたします



アイル事務室
0952-51-5515



元気な子ども達「であいの広場」で



あそびましょう!!

育児サークル

☆パンダさん(2歳~4歳)



10月17日(水)公園であそぼう

10月24日(水)リトミック

☆リスさん(2歳~4歳)



10月4日(木)リトミック

10月25日(木)いもほり・花植え



親子ふれあいサロン

☆うさぎさん(1歳~2歳)



10月18日(木)親子たいそう

10月26日(金)公園であそぼう

☆ひよこさん(0歳~1歳)



時間：10:30~11:30

10月2日(火)親子たいそう

10月30日(火)親子であそぼう

であいの広場
うんどう会

10月12日(金)

10時30分~

生津体育センター

※10時より受付します

元気な友達

「よ〜いどん!」しよう

※上記内容は変更することもあります

場所：母子保健室 時間：11:00~11:45

遊びにおいでよ

コアラ広場

10月5日(金) (時間：10:30~11:30 絵本の読み聞かせ)

10月12日(金) (時間：10:30~12:00 うんどう会)

10月19日(金) (公園であそぼう)

11:00~11:45

対象 乳幼児と保護者



絵本の読み聞かせ ぽっかぽかルーム

10月...31日(水)

11月...27日(火)

11:00~11:45

対象 乳幼児と保護者



問合せ先
アイル保育士
火~金曜日
10:00~16:00
TEL51-5515



幼児・児童
ふれあいコーナー

絵本やぬいぐるみ
おもちゃがあるよ
遊びにきてね!



※遊んだ後は・・・
お片づけをして帰りましょう

THE SHINKO!!!


アイルを盛り上げるため
日々がんばっているスタッフです!!

温泉の季節ですね
アイルで
癒されてください

名前 もりなが まさひろ
(事務室 担当) 森永 正博

スポーツ暦
野球

趣味

増毛グッズ収集 

10月14日(日)
カラオケ発表会
司会担当です
ぜひ会場へ...



名前 くの たえこ
久野 妙子

趣味

(事務室 担当)

史跡めぐり
漫画コミック収集「キングダム」

休日の過ごし方

野鳥を探しながら
ウォーキングしています



レッスンスパークラム



スタジオ



運動できる服装と
シューズ持参

★有料教室以外のレッスンに参加したい方は
トレーニングルーム または浴室・プールの利用券が必要です
★高校生以上の方はどなたでも自由に参加できます

月	火	水	木	金	土	日
THE☆ エクササイズ 11:30~12:15	有料 リラックスヨガ 11:15~12:15	スマイル エアロ 11:30~12:15	有料 1レッスン 500円です	かんたん 筋力運動 11:15~12:00	有料 漢方マッサージと 太極拳 10:30~11:30	有料 アロマヨガ 10月14日(日) 21日(日) 11:00~12:00 (事前予約)
	体幹 トレーニング 14:30~15:15		有料 ヨガ& ピラティス 14:15~15:30		有料 リフレッシュ ヨガ 14:10~15:10	
有料 夜☆トレ 19:15~20:15	NEW	ステップ! ステップ! 19:15~20:00	※レッスンO×表を配布しております 確認してご参加ください ※祝日はレッスン休講です		有料 ZUMBA 15:30~16:30	

★ヨガ・ステップ!ステップ!・太極拳は当日予約制です (定員15名 温泉プールのフロントにて受付)


★レッスンは都合により内容を変更したり中止になることがあります ご了承ください



プール

水着とキャップ
が必要です

レッスンを楽しく
体を動かしましょう

月	火	水	木	金	土 日
スマイル アクア 11:30~12:00	はじめての 水泳 11:30~12:15	ダンベル アクア 11:30~12:00	レッスンは高校生以上から参加できます!!		
			かんたん 水中運動 12:15~12:45	クロール& 背泳ぎ 13:00~13:45	
がんばる スイム 13:15~14:15	プールレッスンは自由参加です!! 祝日はレッスン休講です			平泳ぎ& バタフライ 13:55~14:40	アイルのプールは 温水プールです
はりきり アクア 14:30~15:15		はりきり アクア 14:30~15:15		スマイル アクア 14:45~15:15	季節を問わず 一年中 ご利用できます