



アイルだより

4月 新年度のスタートです！



1 (土) **アイルは4月から名称が変わりました**

2 (日)

3

4

5

6

7

8 (土)

9 (日)

10 (月) 休館日

11 (火) 休館日



それぞれの春を
満喫して、新しいことに
チャレンジ
してみよう



小城市健康スポーツセンター
「アイル」

アイル「プリペイドカード」 利用期間終了について

利用券販売機の更新に伴い
プリペイドカード用の券売機が
3月末で終了いたしました

大変ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします

プリペイド
カードの
お問合せは
事務室へ

12

13

14

15 (土)

16 (日)

17

18

19

20

21

★園児クラス★ 生徒募集 スマイルスイミング

スマイルスイミングは笑顔で楽しく!!
をモットーにお子様の基礎泳力
(クロール・背泳ぎ)を伸ばすスクールです

★開催日 水曜日(月3回)

★時間 16:45~17:45

※教室スケジュールや詳細はお問合せください
送迎バスの運行はありません
クール制の教室です
※学童クラスは定員のため募集していません

定員8名

定員になり次第
受付終了します



22 (土)

23 (日)

24

25

26

27

28

29 (祝)

30 (日)

アイル20周年記念 マルシェ 4/23(日)開催

10:00~16:00

手作りの
布小物
アクセサリー
かわいい雑貨
約40店舗のお店が
並びますよ

お気に入りの
お店を
見つけてね

室内フード

焼き菓子・パン
コーヒー・果物他

キッチンカー

カレー・ハンバーガー
うどん・ピザ・やきとり



整体 マッサージ スピリチュアル コーナー

癒しコーナーで
心とからだを
リラックス

アイル ダンス発表会 同時開催

練習の成果を発表
14:45頃
元気に踊ります



佐賀県
看護協会
無料健康
相談会

遊びに来て
ください♪

ポイントカード 特典

2ポイントの日

| | | |
|----|--------|-----|
| 4月 | 温泉・プール | 日曜日 |
| | トレーニング | 木曜日 |

あつたが温泉で
ゆつらあ〜っと
してくださいね〜!



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!**

ポイントカード利用者制限の緩和について

ポイントはご家族様で利用できるようになりました

※対象は高校生以上の方となります

「ふるの日」について



毎月26日は、有料入浴者に
無料券を配布していましたが

新型コロナウイルス感染症拡大防止
〈密回避〉のため、休止をさせていただきます



弁当・回転焼・季節のお野菜
くだもの販売しています

生鮮横丁の日替わり弁当
江本饅頭店の回転焼
◀毎日>11時頃に入荷予定です

【場所】
事務室前

※数名でご利用の際は事前に
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!!



コアラ広場

対象:乳幼児と保護者

時間 11:00~11:45



6日(木) こんにちは

12日(水) 運動あそび

14日(金) 音楽あそび



21日(金) アイルをおさんぽ

27日(木) こいのぼりを作ろう



ひよこさん



対象:0歳~1歳と保護者

時間 11:00~11:45

5日(水) はじめまして

25日(火) 音楽あそび



おはなし会

4月 19日(水)

10:45~11:30

対象:乳幼児と保護者



実施場所は『母子保健室』です
※内容は変更することがあります

問合せ先

アイル保育士 TEL51-5515

火~金曜日 10:00~16:00

保育士常駐時にお問い合わせください

新年度のスタートです
元気いっぱい
笑顔いっぱい
親子で楽しみましょ
うであいの広場へ
遊びに来てくださ

幼児・児童 ふれあいコーナー

(正面玄関の横にあるよ)

絵本やすべり台
トンネルがあります♪
自由に遊びにきてね!

4月

アイルでの健康づくりにお役立てください!!



スタジオレッスンプログラム



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|--|--|---|---------------------------------------|
| やさしいヨガ 11:00~12:00 ※マット持参 | さわやか ピラティス 11:15~12:15 ※マット持参 | リラックス ヨガ 11:15~12:15 ※マット持参 | サービス スマイルエアロ 11:15~12:00 ※マット持参 | 運動のあとは ぜひ温泉へ♪  | ※第2・第4 金曜日 初級ステップ! 11:15~12:15 ※当日予約制 | 漢方マッサージと 太極拳 10:30~11:30 |
| 祝日はレッスン 休講です | |  | ストレス発散 運動不足解消!! | | ヨガ& ピラティス 14:00~15:00 ※マット持参 | リフレッシュ ヨガ 14:00~15:00 ※マット持参 |
| ★有料レッスンに参加の方は チケット(520円)の購入が必要です ★高校生以上から参加できます | | | サービスレッスン 参加希望の方は、トレーニングルームにて 受付をお願いいたします。 ジム有効時間1回2時間の中で参加が可能です | | | ZUMBA 15:30~16:30 |

※ヨガマットの貸し出しはありません(ご持参ください)

- 自宅で検温・風邪症状等がないか確認後、ご来館ください
- 更衣不要な動きやすい服装(ジーンズ・綿パン以外)密回避にご協力ください
- 室内用シューズとタオルが必要です(ヨガ、ピラティスはシューズ不要)
- 水分補給用の飲み物も忘れずにお持ちください



プールレッスンプログラム



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|--|----------------------------|---|---|---|
|  | 《 会員制 》 大人の 水泳教室 -初級クラス- 10:15~11:15 | 大人の水泳教室 定員に満たない場合 当日1回参加が可能に なりました プール利用料520円 + 教室参加費1,100円 ※当日フロントにて受付 | | | 祝日はレッスン 休講です | |
| | 《 会員制 》 大人の 水泳教室 -中級クラス- 11:30~12:30 | | | |  | |
| ★ | スマイル アクア 14:00~14:45 | 水 中 ストレッチ 14:00~14:45 | はりきり アクア 14:00~14:45 | ★ | のびのび アクア 14:00~14:45 | ★ |

- 自宅で検温・風邪症状等がないか確認後、ご来館ください
- 水着とスイムキャップが必要です ●サービスレッスンとなります
- レッスンによっては会場の安全が確保できない場合利用人数を制限することがあります



大人の水泳教室 参加者募集

4月～6月は毎週月曜日

アイル館内にスケジュール表を掲示・配布しています

初級コース
10:15～11:15

泳法を基礎から習得していくコースです

会員制
定員
各10名

中級コース 11:30～12:30

初級で学んだ泳法をきれいなフォームで泳ぐことを目標にしたコースです



※ワールの途中からの入会OK
事務室にて随時受付

《当日1回のみ参加》 ※定員に満たない場合
プール利用料520円+教室参加費1,100円です
お気軽にお問い合わせください

アイルでまもなくスタートします!!

「サーキットトレーニング」

サーキットとは

有酸素運動(ステップ等)と
無酸素運動(油圧抵抗式マシン)を
30秒ずつ交互に行う運動です

トレーニングジム
ご利用の方は
サーキットもできる
ようになります



運動目安は30分

短時間で全身の筋力アップと
心肺機能向上が期待できます

こんな方におすすめ

- ・体力の低下が気になる
- ・運動不足で体型が気になる
- ・忙しくて運動がなかなか続かない など



初級ステップ!

★当日予約制の教室です★

4月14日(金)・28日(金)

11:15～12:15

受講料(1レッスン)…520円

朝10時からTEL予約可
(0952-51-5515)

第2・第4金曜日限定

ステップ台を使った運動です
音楽に合わせて下半身の強化や
シェイプアップができる教室です



ライン
LINE



フェイス
ブック
FB



ホーム
ページ
HP



インスタ
グラム
IG

☆小城市健康スポーツセンター「アイル」☆



指定管理者 シンコースポーツ・大成有楽不動産株式会社 共同事業体

お問合せ先

シンコースポーツ九州株式会社

〒849-0306 小城市牛津町勝1221-1



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

高校生以上・・・520円
小・中学生・・・260円
3歳以上・・・100円
3歳未満・・・無 料

トレーニングルーム

高校生以上 2時間以内・・・310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・・・620円

4月の休館日

4月 10日(月)・11日(火)

5月の休館日

5月 8日(月)・9日(火)

開館時間

10:00～21:30 (最終受付21:00)