

ウェルネスでみつけよう！私サイズの健康法！

ウェルネスニュース

令和 7年 4月14日号

総合型地域スポーツクラブ

一般社団法人

愛川ウェルネスネットワーク

クラブ事務所 ☎080-5899-0946

(月～土 9:00～17:00)

✉aikawa-wellness@ezweb.ne.jp

新年度スタート

令和7年度が4月から始まりました。会費改定もスムーズに進み4月分から改定料金となりました。前号のウェルネスニュース掲載の『みんなの声』無料体験の回数を増やして欲しい、とのご要望の件は理事会で検討の結果、4月から以下のように回数を増やす事になりました。

各クラスに体験の方が多くなるかもしれませんので、会員の皆様にも下記のことをご承知おきいただき体験の方のお世話をお願い致します。

無料体験回数改定

改訂前 → 2回まで

改定後 → 各種目1回（10種目まで可能）※但し、当月内に限る。

※体験後はその都度体験者にアンケートのご協力をお願いします。

体験の流れ

体験簿に記名してもらう（体験クラスにチェックを入れる） → 体験レッスン参加
→ 体験後アンケート記入 → アンケート記入後はみんなの声 BOX へ

体験者記入簿ファイルにアンケート用紙・入会案内・ウェルネスニュース 等が入れてありますので、これらのご案内をお願い致します。※入会案内はウェルネスコーナーにも設置してあります。

アンケート用紙はご記入後ウェルネスコーナーの『みんなの声』BOXに入れて貰える様にお願いしてください。

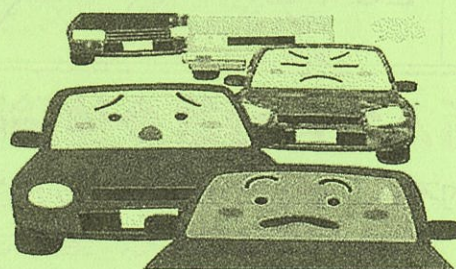
各クラスに役員などがいないシステムですので、会員皆様の自発的な協力が必要です。率先してご協力をお願い致します。

3月のクラス別出席状況

	クラス名	1回目	2回目	3回目	4回目
月	タイチーダンス	18	23	26	23
	ソフトエアロ	16	18	22	20
火	健康体操	27	31	30	×
	リラックスヨガ①	27	23	22	×
	リラックスヨガ②	12	16	22	×
木	オリジナルエアロ	22	25	×	×
	ボールEX.	22	21	×	21
	リラックスヨガ	37	×	×	45
金	ジャズダンス	34	28	31	25
	ストレッチ	19	24	26	23
土	ヒップホップ	21	20	19	×
	ボクシング	13	15	18	×
	リラックスヨガ	×	×	×	24

おねがい

陽気が良くなったせいか、喜ばしいことに各クラスとも参加人数が増えてきました。それはほかのクラブでもいえることなので、入れ替わり時間ときには車が渋滞してしまうときが出ているようです。レッスンを終わりましたら速やかに車の移動をお願い致します。



ウェルネスニュース

<http://www.aikawa-wellness.net>



◎レッスン参加時のお願い◎

- ・参加者名簿等の準備や片付け、レッスン後のお掃除は手分けして行いましょう。
- ・レッスン中は携帯電話の電源を切るか、マナーモードをお願いします。
- ・レッスン早退時は指導担当にお声がけ下さい。
- ・駐車場の混雑緩和の為、レッスン後は速やかな車の移動にご協力ください。



5月

★お問い合わせ★クラブ事務局

✉ aikawa-wellness@ezweb.ne.jp

☎ 080-5899-9046

月		火			木			金		土		
タイチーダンス	ソフトエアロ	フレンドリー健康体操	リラックスヨガ	リラックスヨガ	オリジナルエアロ	ボールエクササイズ	リラックスヨガ	ジャズダンス	リズム&ストレッチ	ヒップホップ	シェイプボクシング	リラックスヨガ
石村	深沢	小林	吉川	吉川	青木	五十嵐	吉川	深沢	森田	深沢	山形	吉川
11:15~ 12:15	13:30~ 14:30	11:15~ 12:15	13:30~ 14:30	15:00~ 16:00	9:30~ 10:30	13:30~ 14:30	15:00~ 16:00	9:30~ 10:30	13:30~ 14:30	9:30~ 10:30	13:15~ 14:15	14:45~ 15:45
					1	1	1	2	2	3	3	3
5	5	6	6	6	8	8	8	9	9	10	10	10
12	12	13	13	13	15	15	15	16	16	17	17	17
19	19	20	20	20	22	22	22	23	23	24	24	24
26	26	27	27	27	29	29	29	30	30	31	31	31

◆新入会員募集◆体験随時受付中 ★お待ちしております★

※予約不要 直接会場へお越し下さい。[会場] 愛川レディスプラザ 3F プレイルーム
[持ち物] 水分補給用飲み物、室内用運動靴（ヨガは不要）、敷物（バスタオル、ヨガマット等）