

げんきかんだより

〒830-0211 久留米市城島町櫛津 739-1 城島保健福祉センター
 TEL (0942) 62-2122 FAX (0942) 62-2148
 メール info-joujima@shinko-sports.com HP http://ssk-joujima.com



第115号

2023.12.1

(毎月1日発行)

1月開講教室 参加者募集! ★12月1日～申込開始・先着順★

★ストレッチヨガ教室 火曜日 11:00～12:00 日程: 1/16～3/19 参加費: 6,480円(全9回)	★リラックスヨガ教室 金曜日 10:00～11:00 日程: 1/12～3/22 参加費: 7,200円(全10回)	★パワーヨガ教室 水曜日 20:00～21:00 日程: 1/10～3/13 参加費: 7,200円(全10回)
★朝ピラティス教室 木曜日 10:00～11:00 日程: 1/11～3/21 参加費: 7,200円(全10回)	★夜ピラティス教室 金曜日 20:00～21:00 日程: 1/12～3/22 参加費: 7,200円(全10回)	★たのしくフラダンス教室 金曜日 10:00～11:00 日程: 1/12～3/15 月謝: 3,960円(3回/月)
筋力向上運動教室(水) ※②追加 水曜日 ①10:00～11:00 ②13:00～14:00 日程: 1/10～3/27 参加費: 5,000円(全10回) 持参物: 室内シューズ、タオル、ヨガマット、飲み物 ※対象:50歳以上	筋力向上運動教室(金) 金曜日 13:00～14:00 日程: 1/5～3/22 参加費: 5,000円(全10回)	★ステップ運動教室 火曜日 10:00～11:00 日程: 1/16～3/26 参加費: 6,480円(全9回)
★ザ・サーキット® 火曜日 19:50～20:50 日程: 1/16～3/26 参加費: 7,200円(全10回)	★太極舞 土曜日 10:00～11:00 日程: 1/6～3/16 参加費: 4,320円(全6回)	◎そろばん教室 火曜日 17:30～18:30 月謝 5,000円(4回/月) 別途: そろばん、テキスト代

子ども運動教室

楽しく運動しよう!! 室内用シューズ・飲み物を持って来てね♪

◎キッズ運動教室 火・水曜日 17:30～18:30 日程: 12/5・6 1/16・17 2/6・7 3/5・6 参加費: 無料(全6回)	◎キッズチャレンジ運動教室 水曜日 17:30～18:30 日程: 12/13・20 1/24・31 2/21・28 3/13・27 月謝: 2,500円(2回/月)	◎キッズ体操教室 火曜日 17:30～18:30 日程: 12/12・19 1/23・30 2/20・27 3/12・26 月謝: 2,500円(2回/月)
---	--	---

- ・日程は、講師都合や天災等で変更になる場合があります。
- ・詳しい日程等は『城島げんきかん』1階ロビーや2階廊下の掲示板をご確認、またはお問い合わせください。
- ・『城島げんきかん』で初めて教室に参加される方は、教室申込書の記入・登録が必要になります。
- ・★がついている教室は対象者:18歳以上(高校生不可) ◎がついている教室は対象者:小学生

城島げんきかん公式 SNS で追加情報をお知らせいたします! フォローお願いします(>lt)

城島げんきかん キッズフェスタ 2023

12月17日(日)

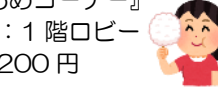
げんきかんクリスマスツリー 飾り付け工作イベント

クリスマスツリーに飾る雪だるまオーナメントを作ってツリーに飾ってあるお菓子袋と交換♪
 時間: 11:00～14:00
 場所: 2階健康フロア
 対象: どなたでも参加OK!



子ども縁日 スーパーボールすくい、射的、ボール投げなど

時間: 10:00～14:00
 場所: 3階和室
 参加費: 無料
 『わたあめコーナー』
 場所: 1階ロビー
 1個: 200円



★クリスマスおひるねフォト 要予約・先着順

内容: クリスマスの衣装などを着用おひるねフォト撮影をしよう
 時間: 9:20～14:00
 場所: 3階和室
 対象: 乳幼児
 定員: 14組(時間予約制)
 ※制限時間 20分
 参加費: 200円



衣装やアイテムなどを持って来てください! サンタケープ・帽子・大きいクリスマスツリーの貸し出しもあります☆パパやママのカメラやスマホで可愛く撮影しよう!

★キッズチャレンジ運動教室体験会

時間: 11:00～12:00
 場所: 2階健康フロア
 対象: 小学生
 定員: 15名
 持参物: 室内シューズ、飲み物

ハニーズダンス アカデミー発表会

時間: 10:00～
 場所: 1階ロビー



キッズ BINGO! 大会
 時間: 14:00～15:30
 場所: 2階健康フロア
 対象: 中学生まで
 素敵な景品がもらえるかも?!

子ども工作教室

内容: ①紙粘土ホイップでデコレーションケーキ作り
 ②かんたん! クリスマスくつした作り
 時間: 10:00～12:00
 場所: ①2階会議室 ②3階創作室
 対象: ①年少～年中 ②年中～大人もOK!
 参加費: ①無料 ②1個: 500円



写真はイメージです
 直径×高さ 10cm×10cm(くらい)の大きさのケーキを作ります

★休館日のお知らせ★

休館日は毎週月曜日 ※月曜日が祝日の場合は、火曜日が休館日
 休館日: 12月4・11・18・25日
 年末年始休館日: 12月29・30・31日 1月1・2・3日



ホームページ



LINE



Instagram