

ゆうゆうプラザ 四季彩の湯



©2014 栃木市とち介

令和2年 2月の休館日 ⇒ 2月 3日・10日・17日・25日
(設備修繕・緊急清掃等の為、臨時休館となる場合があります)

令和2年2月号(令和元年1月発行)

四季彩の湯は、10時00分から21時00分(最終入館20時30分)まで営業しております。

ゆうゆうプラザ 2020年度(令和2年度) 会議室予約開始のおしらせ

【令和2年2月1日午前10時00分より受付いたします。】

予約可能になる期間：令和2年4月1日から令和3年3月31日まで

【 ご注意 】

- ・2月1日当日のご予約受付は来場者優先の対応とさせていただきます。
お電話のご予約や、インターネットによるご予約をご予定の方は予めご了承ください。
- ・当日の予約申請につきまして、ご希望の日程に沿えない場合があります。
- ・令和2年4月1日より、会議室の利用料金に変更となります。

3月15日(日)

ヴァイオリン・ヴィオラ・チェロによる、弦楽アンサンブルのコンサートを開催予定
会場：ゆうゆうプラザ エントランスホール / 詳細は、次号にて



栃木市大平健康福祉センター

ゆうゆうプラザ

栃木県栃木市大平町西野田666番地1

電話 0282(45)2601 (カーナビ利用時は、0282(45)1788 にて検索下さい。)



■ ゆうゆうプラザの駐車場をご利用の皆様へ ■

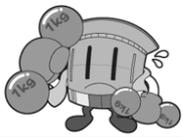
ゆうゆうプラザの駐車場は限りがございます。1台に乗り合わせの上のご来場や、公共交通機関のご利用をお奨めいたします。場内車両の放置や広場への駐車はできません。集合場所等にはご利用にならないようお願い致します。



ゆうゆうプラザの「JA農産物直売所」

■ 営業日：水/金/日曜日 ■ 時間：午前10時から午後2時頃まで ※農産物直売所はJALしもつけ様にて運営しております。※ご来場時は、必ず駐車場をご利用の上、通行時の安全に十分ご注意下さい。

四季彩の湯の入館料は「一般」300円/「65歳以上」200円 只今仮復旧中の為、営業時間を短縮しております。



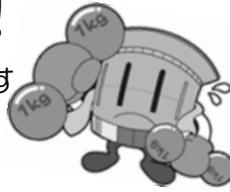
トレーニングルームからのお知らせ

営業時間*午前9:30~午後9:00まで/日曜日のみ午後7時まで

新規利用者・大募集中☆初回講習は10時~/14時~/19時30分~(日曜除く)要予約

皆様のご来場お待ちしております!

参加を希望される方は、まず初回講習が必要でトレーニングルームで予約の受付を行っています。皆様のご連絡お待ちしております。



TEL0282-45-2601

トレーニングルーム新規参加者募集

みなさんも、ゆうプラでトレーニングしませんか?お仕事帰りのご利用がおすすめです。みんなで楽しく過ごしましょう。※トレーニング初回者は、講習会への参加が必要です。ぜひご予約下さい。

午前10時~/午後2時~/
(日曜除く)午後7時30分~

ショートエクササイズ内容が変更になりました! ※トレーニング利用者参加無料

時刻	火	水	木	金	土	日
11:15	下肢筋トレ	マーシャルEX	イス体操	ポール	バランスパッド	ポール
15:15	筋トレ	ポール	ビギナーボクシング	ストレッチ	下肢筋トレ	イス体操
19:15	バランスパッド	ストレッチ	サーキット	下肢筋トレ	ポール	

~「有料プログラム」開催しています!~

キッズ運動倶楽部	運動や遊びを通じて、体の成長を助けます。	はじめてのヨガ①	自分と向き合い、体の内側からバランスを整えます。
ソフトエアロビクス	軽快なリズムに合わせて楽しく運動しましょう	はじめてのヨガ②	自分と向き合い、体の内側からバランスを整えます。
親子ピクス・ひよこ	0歳児とお母さんが対象です。	ボクシングEX	ボクシングの基本を学び、ストレス発散・体力向上を効果的。
親子ピクス・うさぎ	1~3歳児とお母さんが対象です。	シンプリーステップ	ステップ台を使って足腰を鍛えています。

キックボクシング教室開催



教室では15分程度の護身術も予定しています。手首・腕・肩を掴まれた時の対処法など。

※ 寝技等レッスンは致しません。

開催：令和2年2月頃

受付：令和2年1月21日(火)申込開始!

定員：10名(定員次第受付終了)

からあげとほかほかお弁当の「べんと Vento」

★ 水・金・日は特売日になります。

水... 「のり弁」の日 ~~390~~ ⇒300

金... 「カレー」の日 ~~500~~ ⇒300

日... 「から弁」の日 ~~390~~ ⇒300

※ いずれも13時00分までの時間限定での販売になりますので ご注意ください。

：：：営業時間：：：
11時00分から20時00分
(ラストオーダー19時30分)

- ご提供に、お時間を頂く場合があります。ご入浴前に注文頂きますとスムーズです。
- ゆうゆうプラザの会議室ご利用時にあわせてご注文下さい。(事前のご予約が必要です)

ゆうゆうプラザ 四季彩の湯

ゆうゆうプラザのお風呂は、選代わりで男女湯が入替わりとなります。 栃木市大平町西野田666-1/TEL. 0282-45-2601



■■ ご来館の際は、栃木市ふれあいバスがご利用できます! ■■

※ ゆうゆうプラザ内バス停は、正面入口ロータリー付近となります。お乗りすごし等の無いよう、停留所にて余裕を持ってお待ちください。なおロータリー付近への駐車は厳禁です。絶対におやめください。※ふれあいバスは栃木市により運行されています。時刻表は栃木市HPを参照下さい。