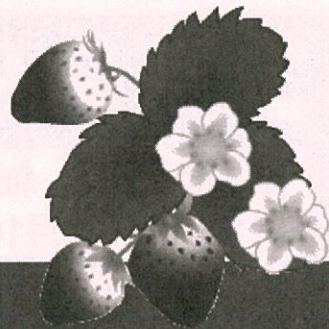


ゆうゆうプラザ 四季彩の湯



3月のイベント情報

平成25年3月号(2月発行)

3/5 (火)
午後2時より



五家英子と
みんな
楽しく踊ろう!

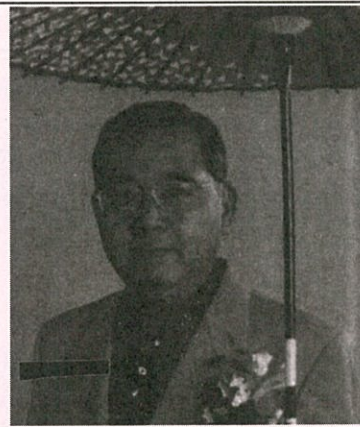
3/10 (日) 午後2時より
会場：四季彩の湯 大広間



大田市八木節保存会
VS 津軽三味線 国分鳳水

3/23 (土)
午後1時より開始致します

小堀明 歌謡ショー



平成25年3月4日(月)



小林育生 & 清水節子

開演：午前11時(午後4時終了予定)

会場：ゆうゆうプラザ大広間

チケット：3,500円 (CD・当日カラオケ参加・お弁当付)



当イベントは、別途観覧券が必要です。四季彩の湯は休館です。イベントのみの開場となります。
お問合せ：小林育生音楽事務所 (090-4431-3187)

※ イベントの詳細は変更となる場合があります。予めご了承下さい。

小林育生音楽教室では、4月にもイベントを企画中です。皆様のご来場をお待ちしております。

3月の催事情報

天然酵母 小人の家
食感の鮮やかなパン・ラスクはいかがですか?
毎週火曜日販売(休館日・祝日はお休みです)

菅野商店 和菓子販売
3月6日(水)~3月10日(日)

原田商会
格言タオル・陶器、雑貨等の催事販売です。3/5(火)~3/7(木)

気功体験会 3/10(日)・3/24(日)
(会場: ゆうゆうプラザエントランスホールにて)

ふるさと健康村
3/12(火)~3/17(日)
海草・乾物の販売いたします

銘茶のまるや 日本茶各種
茶器 茶菓
(次回出店予定) 3月19日(火)~3月24日(日)

アイン 春物婦人服など
~3月31日(日)

トレーニングルームからのお知らせ!

営業時間 9時30分~21時(日曜日は夜7時迄)/定休日 毎週月曜日(祝祭日の場合は、次の平日が休業)

ゆうゆうプラザのトレーニングルームは16歳以上の栃木市民ならびに栃木市の企業にお勤めの方が利用になれる施設です。

★ 初めてのの方は、初回者講習への参加が必要です。
一度お電話にてお問合せ下さい。(0282-45-2601)

初回者講習日程	日	月	火	水	木	金	土
	11時	休み	13時	19時	13時	19時	13時

<< 3月の有料プログラムのご紹介 >>

(有料プログラムは市内外を問わず、ご参加できます)

		3月					
火曜	10:00~11:00	エアロ&ヨガ	12	23	30		
	19:30~20:30	はじめてのエアロビクス	5	12	19	26	
水曜	16:00~17:00	Kids運動倶楽部	6	13	27		
木曜	10:00~11:00	エイジレストレーニング	7	14	21	28	
	19:30~20:30	はじめてのエアロビクス	7	14	21	28	
金曜	10:00~11:00	親子ピクス(うさぎ)	1	8	15	22	29
	11:00~12:00	親子ピクス(ひよこ)	1	8	15	22	29

※上記プログラムは1回400円にて参加できます。

トレーニング料金一覧

	一般	65歳以上
1回	500円	350
1ヶ月	5000円	5000円
3ヶ月	12000円	12000円
6ヶ月	21000円	21000円

★ 冷え性予防★ミ
「ふくらはぎ」は第二の心臓といわれるほど、重要な筋肉です。ふくらはぎの筋肉をきたえて、血行を良くしましょう。血行が良くなると「むくみ」予防になりますよ。

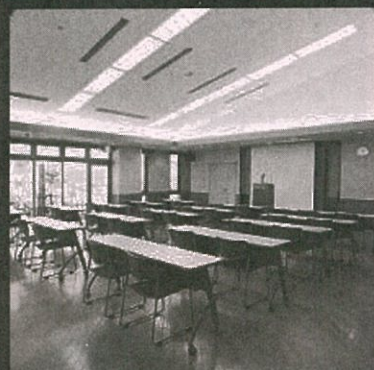
毎日、10回から30回を目安に「かかと」の上げ下げを試みましょう!



ゆうゆうプラザ貸し会議室のご案内

大・小各会議室 研修室 など

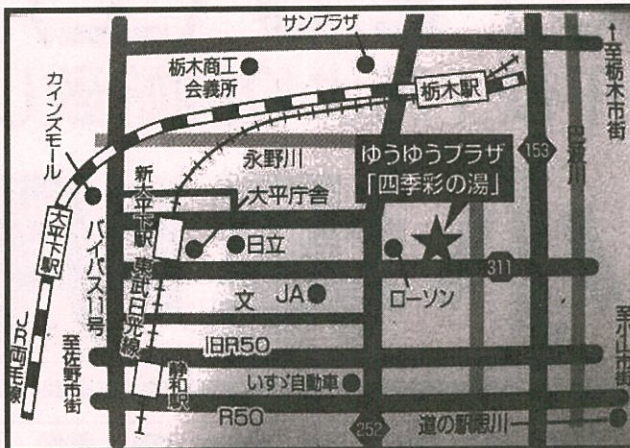
平成25年度(4月~翌年3月)の貸出しのお申込み受付中!



会社での打合せ/企業説明会/面接会場/趣味サークル活動/教室等。市内外を問わずご利用できます。まずはお問合せ下さい。



事前見学も承ります。ご連絡の上お申込み下さい。(お申込先0282-45-2601)



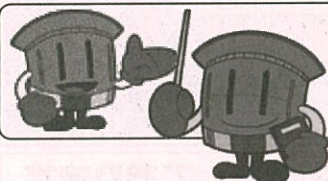
↑ 上記地図をご参考にご来館下さい。

カーナビをご利用の方は、TEL. 0282(45)1788にて、検索してください。

ゆうゆうプラザへの無料団体送迎を行っています

対象: 栃木市民
申込み: ゆうゆうプラザまで
予約状況を確認の上、受付致します。

送迎は栃木市が行う事業です。集合場所、及び行き先は各一箇所に限ります。



ゆうゆうプラザ 四季彩の湯

栃木市大平町西野田666-1 / TEL. 0282-45-2601



3月の休館日 4(月)/11(月)/18(月)/25(月) ゆうゆうプラザのお風呂は、交代わりで男女湯が入替わりとなります。