

ゆうゆうプラザ 四季彩の湯



©2014 栃木市とち介

平成28年6月号(5月発行)

日頃より、ゆうゆうプラザをご愛顧いただきまして誠にありがとうございます。現在、四季彩の湯(大広間含む)は、修繕工事のため休館中です。工事の終了は、6月末を予定しております。日頃からご利用くださっている皆様には、大変ご不便、ご迷惑をおかけしておりますが、もうしばらくお待ち下さいますようお願い致します。

尚、トレーニングルーム、レストラン、会議室などは平常通りご利用になれます。

佐野ラーメン大龍

営業時間は、10:00~19:00となっております

食品衛生上、ご持参された飲食料品の広間への持ち込みは、ご遠慮くださいますようお願い致します。



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⇒0282(45)1788 で検索下さい。



ゆうゆうプラザの「農産物直売所」

営業日:水/金/日曜日
(午前10時から午後2時頃まで)

ご利用下さい。

ご来場の際は駐車場をご利用の上、通行時の安全に十分ご注意ください。ますようお願い致します。

(農産物直売所はJAしもつにて運営しております)

四季彩の湯の入館料は「一般」300円/「65歳以上」200円 午前10時~午後9時迄営業(入場は午後8時30分まで)



トレーニングルームからのお知らせ

営業時間：午前9時30分～午後9時まで／日曜日のみ午後7時まで(お電話0282-45-2601)

新規
利用者
大募集

気温も上がり、これから暑い日が続きます。こまめに水分補給をしましょう。そして夏も間近！！運動して体づくりをしませんか？

初回者講習会

	午前	午前	夜
火～土曜日	10:00	14:00	19:30
日曜日	10:00	14:00	



ショートエクササイズ開催時間

午前	11:15～11:30
午後	15:45～16:00
夜間	19:15～19:30

トレーニング利用料金

一般	1回	500円	障害者 保持 65歳 以上	1回	350円
----	----	------	------------------------	----	------

トレーニングを初めて利用する際は初回者講習を受けてください。日々の運動不足が気になる方、ダイエットしたい方、筋力アップしたい方、、、お気軽にご連絡ください♪

平成28年第2期「有料プログラム」

7月より開催致します。

定員：各25名程度

参加料：5千円

参加者受付は6月20日から

※受付は、トレーニングルームの営業時間に限らせて頂いております。事前に電話にてお問合せ頂けるとスムーズに御案内できます。※お問合せはトレーニングルーム受付まで

教室	内容	開催予定日					
はじめてのエアロビクス	火曜日 19:30～20:30	はじめての方でも楽しく全身を動かし、汗をかいてリフレッシュ！	7/26	8/2	8/9	8/23	9/6
			9/13	9/27	10/4	10/18	10/25
ソフトエアロビクス	水曜日 10:00～11:00	軽快なリズムに合わせ、楽しく身体を動かします。	7/27	8/10	8/24	9/7	9/14
			9/28	10/5	10/12	10/26	11/2
KID's運動倶楽部	水曜日 16:00～17:00	運動や遊びを通じ、子どもに必要な筋力や運動能力をバランスよく向上させていきます。	7/27	8/3	8/10	8/24	9/7
			9/14	9/28	10/5	10/12	10/26
親子ピクスうさぎクラス	金曜日 10:00～11:00	1・3歳児とお母さん対象。童謡に合わせ全身の筋肉を楽しく動かします。子どもの体力作り、親子間コミュニケーションに。	8/5	8/12	8/26	9/9	9/16
			9/23	10/7	10/28	11/4	11/11
親子ピクスひよこクラス	金曜日 11:00～12:00	0歳児とお母さん対象。お子さんとスキンシップしながら身体を動かします。産後体型改善等に。	8/5	8/12	8/26	9/9	9/16
			9/23	10/7	10/28	11/4	11/11
はじめてのヨガ	金曜日 14:00～15:00	自分と向き合い、身体の内側から美と健康を目指し心と体のバランスを整えます。	7/29	8/12	8/19	8/26	9/9
			9/16	9/23	10/7	10/14	10/28



ゆうゆうプラザへは、

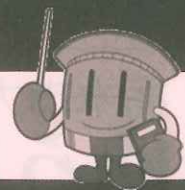
ふれあいバス（岩舟線/藤岡線/部屋線）の他、

蔵タク等、公共交通機関をぜひご利用ください。

- ※ 蔵タクは市内各総合支所などでお申込みを受け付けています。
- ※ 駐車場のスペースには限りがございます。相乗り等でのご来館をお勧めいたします。
- ※ ゆうゆうプラザの入口ロータリーはふれあいバスが常時運行しており、駐車禁止となっております。ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

ゆうゆうプラザ 貸し会議室のご案内

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。



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)

栃木市公共施設予約システムにて、インターネット上より予約状況を確認できます。詳細は、栃木市のホームページにてご確認ください。ただし、インターネット利用登録申請受付中。



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

