



2023.5月号

かすみの郷通信

5月 イベントカレンダー



月	火	水	木	金	土	日		
1	2 🍴 ひまわり会 🍴	3 🍴 有明紋 🍴 歌謡ショー	4 🍴 焼鳥販売 🍴 🍴 演歌・唄い隊 🍴	5 🍴 焼鳥販売 🍴 🍴 すみれ会 🍴	6 🍴 焼鳥販売	7 🍴 焼鳥販売		
8 🍴 流星会 🍴	9 🍴 新友会 🍴	10	11	12 🍴 つばき会 🍴	13 🍴 焼鳥販売 🍴 フィットネスにて 行います。 ぜひご参加下さい。	14 🍴 焼鳥販売 🍴 🌸 母の日 🌸 スペシャルレッスン		
15 🍴 ひばり会 🍴	16 🍴 みなとクラブ 🍴	17	18 休館日	19 🍴 かたくりの会 🍴	20 🍴 焼鳥販売 🍴 ナイトスペシャル	21 🍴 焼鳥販売 🍴 フィットネスにて 行います。 ぜひご参加下さい。		
22 🍴 たんぽぽ会 🍴	23 🍴 泉倶楽部 🍴	24	25 🍴 さつき会 🍴	26 🍴 NGN 🍴 子供入館無料デー 3歳～小学生以下のお子様 入館が無料となります！	27 🍴 焼鳥販売 🍴 子供入館無料デー	28 メンテナンスの為 臨時休館		
29	30	31 	 インスタグラムフォローお願いします！ kasuminosatoで検索 / ホームページも随時更新中！ kasuminosato.jpで検索 /				焼鳥販売が始まりました 正面玄関前にて販売予定です！ ぜひお買い求めください！	

※🍴演芸会🍴は大広間にて開催しております。時間は12:30～14:30です。

イベントのお知らせ

★毎週土日 「焼鳥販売」

土曜日 14:00～

日曜日 16:00～ 霞の郷温泉正面玄関横にて

★5月14日(日)

母の日スペシャルレッスン(フィットネスにて)

※予約が必要です

★5月20日(土)

ナイトスペシャルレッスン(フィットネスにて)

※予約が必要です

★5月26日(金)～27日(土)

子供入館無料デー

3歳～小学生以下のお子様は入館無料！



食堂からのお知らせ

日頃より、「かすみの食堂」をご利用いただき、誠にありがとうございます。

当面の間、時間を変更して営業させていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

★月～金曜日 11:00～17:30

(ラストオーダー 17:00)

★土日祝 11:00～20:30

(ラストオーダー 20:00)

変更になる場合がございます

いきいきプラザ霞の郷



TEL 0776-68-5050
ホームページ <https://kasuminosato.jp/>

かすみのフィットネス

好きなとき好きなだけ。自分に合わせた運動を



かすみのフィットネス《スタジオプログラム》令和5年5月【特別編成レッスン】

14日はサンデースペシャルレッスン、20日はナイトスペシャルレッスンを開催致します😊

月	火	水	木	金	土	14日
10:00						
11:00	10:45~11:30 ヨガ(橋倉)	10:45~11:30 ボルドワラ(加藤美穂)	10:30~11:20 ピラティス(角田)	10:30~11:15 美ユアデーBodyエクササイズ(三浦)	10:30~11:15 ヨガ(奥田)	10:30~11:15 ポテトシェイブヨガ(山本)
12:00		11:30~12:15 ストレッチフロー45(haruno)		11:30~12:15 美尻スペシャル(haruno)		11:00~12:00 ヨガ(森本)
13:00	13:00~13:45 K-POPダンス(橋詰)			13:00~13:45 ZUMBA(井川)		13:00~13:45 ZUMBA(hirona)
14:00	14:00~14:45 バクストン(林田)	13:00~14:00 ヨガ(森本)	13:30~14:20 ZUMBA(hirona)	14:00~14:45 バクストン(砂畑)	13:30~14:15 パンチエクササイズ(加藤勇輝)	
15:00		14:30~15:15 ZUMBA(橋詰)				
16:00						【定休日】 祝日 毎月第3木曜日
17:00						
18:00						
19:00	19:00~19:45 パンチエクササイズ(加藤勇輝)	19:00~20:00 おくみ解消ヨガ(hirona)	19:00~20:00 ポテトシェイブヨガ(山本)	19:00~19:45 ピラティス(Kei)	20日のみ 19:30~20:15 ZUMBA(飯塚旬)	
20:00		20:15~21:00 ZUMBA(hirona)	20:15~21:00 ZUMBA(林田)	20:00~21:00 メガミックス(Kei)		※5/14, 20は 予約必要となり 金額が異なります。
21:00			20:20~21:00 FIERCE CAMP(奥田)			
22:00			↑美尻トレーニング			

★ プログラムは変更になる場合がございます。お問い合わせ下さい。TEL 0776-68-5050 ★

日曜・祝日は
レッスンお休みです。

一般のご利用も可能です。お気軽にお越しくださいませ

5/14(日) 母の日スペシャルレッスン 5/20(土) ナイトスペシャルレッスン



日時/時間	レッスン名	場所	インストラクター	定員
14日/11:00~12:00	ヨガ	フィットネススタジオ	森本 IR	20名
" / 13:00~13:45	ZUMBA	"	hirona IR	20名

【予約開始日時】 ※14日と20日の予約開始日時は同じ日となっておりますので、まとめてのご予約でもOKです！

- ①ご予約開始は、5/1(月) 10:00より受付致します。
- ※予約開始日より、会員一般関係なく受付致します。【定員:20名、キャンセル枠:3枠有】
- ※今回は都合により、2レッスンとさせていただきます。

20日/19:30~20:15	ZUMBA	フィットネススタジオ	飯塚 旬 IR	20名
-----------------	-------	------------	---------	-----

- ①ご予約開始は、5/1(月) 10:00より受付致します。
- ※予約開始日より、会員一般関係なく受付致します。【定員:20名、キャンセル枠:3枠有】

注意事項

- ※事前予約制とさせていただきます。(予約日が異なりますのでご注意ください！)
- ※会員:1レッスン¥500、一般:1レッスン¥800の利用料金を頂戴致します。
- ※ご予約可能時間は営業開始の10時からとなります。
- 10時より前のご予約は対応できかねますので、ご了承下さいませ。
- ①受付又はお電話(0776-68-5050)でのご予約とさせていただきます。
- ※SNSやメールでのご予約はできかねますのでご了承ください。
- 予約時は、「名前、連絡先、希望するレッスン、会員様or一般利用のどちらか」をお伝えください。
- ②ご予約はご本人様のみとさせていただきます。



皆様のご参加、お待ちしております😊