



5月の臨時休館日・イベント案内など

**臨時休館日**

1日(木)午後：メーデーのため ※午前は通常営業となります

**栄養について**

|                           |                      |
|---------------------------|----------------------|
| ミニ講座（予約不要・無料）             | カウンセリング（要予約）         |
| 16日(金),29日(木) 13:50~13:55 | 29日(木)14:00~, 15:00~ |

**代行案内**

29(木)：中村インストラクター ⇒ 常勤

スタッフのつぶやき：田口 未依瑠

5月になり、楽しみなのはなんと言ってもGWです。  
 今年は家でゴロゴロせずに、久しぶりに万代へ行ってお買い物  
 でもしてリフレッシュをしようかな・・・と計画中です。  
 また、日中過ごしやすい季節にもなり、どんどん外へ出て  
 身体を動かして健康的に生活して行く事が今の目標です。  
 皆さんは休日をごどのように過ごしますか？  
 何かヒントがあったら教えてください。



4/8  
(火)  
の様子  
👉



ご参加いただき  
ありがとうございました♪

ホームページ  
はこちら



LINEお友達  
登録はこちら



5月～ 【営業時間について】 拡大！

午前中の営業時間が  
12:30 までとなります！

【教室プログラムについて】 増設！

火曜日 午後 14:05~14:35  
土曜日 午後 14:45~15:15

詳しくは教室プログラムスケジュールを確認ください！

春のぷらっとウォーキングを実施しました！