

キッズコーディネーション教室
「Go! Go! キッズ」始まります

サンプラザ市原感謝祭2018
今年も大盛況!

—キッズコーディネーションとは—
お子様のリズム能力やバランス能力等の
総合的な力を促し、頭で考えながら運動能
力の向上に繋げていく、楽しく今後の成長に
役立つプログラムです。

皆様のご参加お待ちしております♪

日時: 12月11日(火)・13日(木)・18日(火)
20日(木)・25日(火) 全5回
場所: サンプラザ市原 11階 多目的室2
時間: 3・4歳児クラス 16:00~17:00
5・6歳児クラス 17:15~18:15
定員: 各クラス 先着20名
参加費: 全5回 5,500円
申込み方法: 受付中 電話又は2階総合窓口
サンプラザ市原 24-1151

<骨盤体操>

昨年に引き続き、女性に大人気の教室でした。
骨盤のゆがみや開きが改善できるよう、
皆さん熱心にメモを取り、実践している姿が見受
けられました!



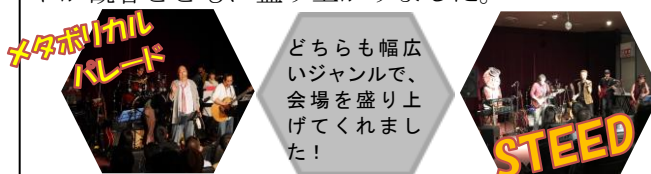
<ハーバリウム教室>

モバイル(つるし飾り)と、ハーバリウム(植
物標本)の教室は小さなお子様から幅広い年齢層
の方に楽しんでいただきました!
個性豊かな色とりどりのハーバリウムが並んだテ
ーブルはとても鮮やかでした。



<ロックコンサート>

毎年恒例のロックコンサート!
今年も地元バンドSTEEDとメタボリカルパレード
が観客とともに盛り上がりました。



来年も盛り上がる企画となるよう、皆様と共に考
えていきたいと思っております!

お 知 ら せ

◆休館日

<12/15(土)>

※設備保守点検の為、休業とさせていただきます。

◆3階健康増進教室

年内は12/22(土)が最終日

年始は1/8(火)からスタートします!

◆4階プール休業日

<12月17日~22日>

※定期清掃の為、休業とさせていただきます。

◆12階レストラン年末年始休業日

<12月28日~1月6日>

◆サンプラザ年末年始の休館日

<12月29日~1月3日>

金曜日の7階健康増進教室が変わります!

12月7日(金)より7階多目的室1にて

金曜のヨガ教室が2部制になります!

●毎週金曜日 14:30~15:30 ママヨガ

●毎週金曜日 15:40~16:40 ヨガ

講師: 宮沢先生 料金: 500円

ヨガでリラックスしてみませんか?

3階にてチケットを購入の上、ご参加下さい!

※1部・2部続けての参加は出来ません

フィットネス・温水プール 休業日

11月 27日

12月 <ジ ム> 3日・10日・15日・17日・25日

<プール> 3日・10日・15日・17日~22日・25日

【管理運営 市原市サンプラザ市原指定管理者 : (公財) 市原市地域振興財団; 略称いちほら財団】

〒290-0081 市原市五井中央西1丁目1番地25

☎0436-24-1151

ホームページ: <http://sunplaza-ichihara.com/>

