

今年は暑い夏になりそうですが・・・みなさん、体調はいかがですか？暑さに負けない体を目指したい方は、ぜひWillの定期教室へお越しください。まずは気軽にご連絡ください！

表面はイベント案内です♪➡

7月

(一部6月含む)

8月

日	月	火	水	木	金	土
6/24	25	26	27	28	29	30
	エアロビクス		水曜健康 ヨガ			ピラティス
1	2	3	4	5	6	7
	エアロビクス		水曜健康 ヨガ			ピラティス
8	9	10	11	12	13	14
	エアロビクス	ピラティス	水曜健康 ヨガ			ピラティス
15	16	17	18	19	20	21
	★	ピラティス	水曜健康 ヨガ			ピラティス
22	23	24	25	26	27	28
	エアロビクス	ピラティス	水曜健康 ヨガ			ピラティス
29	30	31				
	エアロビクス	ピラティス				

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			水曜健康 ヨガ			ピラティス
5	6	7	8	9	10	11
	エアロビクス	ピラティス	水曜健康			
12	13	14	15	16	17	18
宇奈月体育センター夏季休館						ピラティス
19	20	21	22	23	24	25
	エアロビクス	ピラティス	水曜健康 ヨガ			ピラティス
26	27	28	29	30	31	
	エアロビクス	ピラティス	水曜健康 ヨガ			

9月

日	月	火	水	木	金	土
						1
						ピラティス
2	3	4	5	6	7	8
	エアロビクス	ピラティス	水曜健康 ヨガ			ピラティス
9	10	11	12	13	14	15
	エアロビクス	ピラティス	水曜健康 ヨガ			ピラティス
16	17	18	19	20	21	22
		ピラティス	水曜健康 ヨガ			ピラティス
23/30	24	25	26	27	28	29
			水曜健康			

みんなでやってWillまつりin2018 活動報告

3月25日に開催しました当クラブ恒例の「Willまつり」ですが、今年も大変多くの方が参加されました♪今回は、ヨガ・エアロビクス・ピラティスの人気教室を体験することが出来ました。



まだまだ春先という事もあり、参加者から「体が動かないかも」との声もありましたが・・・「気軽に・楽しく・自分のペースでスポーツをする」が、当クラブのモットーですから皆さん大丈夫ですよ

参加者からは、とても良い汗をかく事が出来ました♪との多くのご意見を聞かせて頂きました。



今度とも、皆様の為に・・・「心と体の健康をサポート」できるように頑張ります。(^o^)/

かち歩きin宇奈月温泉散策ツアー ～活動報告～

6/3(日)に開催されました「かち歩きin宇奈月温泉散策ツアー」についてのご報告です。当日はとても天候も良く、幅広い年齢層(小2～75歳まで)の方々が参加されました。ノルディックポールを使い、専属インストラクターのアドバイスを受けつつ、約8KMを2.5Hで完走を目指し、全員がクリアする事が出来ました。次回の開催は、H30.10月予定です。お楽しみに♪



みんな、元気いっぱいスタート!



写真撮影ポイントもしっかりとゲット!



観光アドバイザーによる宇奈月木管事件の説明を、熱心に聴く参加者の皆さん



折り返し地点で、癒しの時間♪