



総合型地域スポーツクラブ

NPO法人羅臼スポーツクラブらいず



だより



2017年5月25日発行 発行元:NPO法人羅臼スポーツクラブらいず事務局 (羅臼町民体育館内 TEL:0153-87-2408 FAX:0153-87-2477 HP:http://rausu-rise.com/ E-mail:rausu.rise@gmail.com)

6月イベント・行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
6月30日(金)午後~7月3日(月)午前中 まで神社祭のため休館となりますm(□)m				1 びんびんキラリ! いきいき健康教室 健康 ヨーガ教室	2 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00	3 ダンス教室 定期活動 19:00~20:30
4 	5 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00	6 	7 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00 水中運動教室	8 びんびんキラリ! いきいき健康教室 健康 ヨーガ教室 詳細は裏面を ご覧ください!!	9 エクササイズ教室 らいずキッズクラブ とことこ	10 ダンス教室 777-アレンジメント教室 定期活動 (会員ポイント2倍DAY)
11 	12 	13 	14 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00 水中運動教室	15 びんびんキラリ! いきいき健康教室 健康 ヨーガ教室	16 エクササイズ教室 ☆とことこ☆ らいずR-23ダンス アカデミー生 ダンス披露予定	17 ダンス教室 知床開き 定期活動 お休み
18 知床開き	19 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00	20 	21 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00 水中運動教室	22 びんびんキラリ! いきいき健康教室 健康 ヨーガ教室	23 エクササイズ教室 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00	24 とことこ ダンス教室 定期活動 ミニ・バド・ラー
25 会員限定! パークゴルフ 交流会	26 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00	27 	28 らいずキッズクラブ とことこ 15:30~17:00 水中運動教室	29 びんびんキラリ! いきいき健康教室 健康 ヨーガ教室	30 	会員 無料 非会員 200円

会員の皆様へ後日案内ハガキを送付いたしますので、そちらでご確認ください。



エクササイズ教室 6月参加者募集

「有酸素運動で代謝アップ」エアロビクス講座

開催日

6月9日・16日・23日(金曜日・全3回)

参加料

- ・第1部 14:00~15:00
- ・第2部 18:30~19:30

らいず会員 1か月 1,500円 非会員 1か月 2,000円
※非会員の方は別途保険料がかかります

対象

町内在住の18歳以上の全身運動が可能な方

場所

羅臼町民体育館1階会議室

定員

各10名

指導者

らいずスタッフ

申し込み

6月5日(月) 17時まで
※申し込み後のキャンセルにつきましては、非会員の方のみ保険料金を徴収します。

参加される方は、動きやすい服装、上靴、飲み物、タオルをご持参ください



詳しいお問い合わせ・お申込みは
6月5日(月)まで らいず事務局 ☎87-2408 にお電話ください