

コスモすまいる北野 直送便

〒830-1113 久留米市北野町中 3253 北野保健センター

TEL(0942)23-4500 FAX(0942)23-1303

メール info-kitano@shinko-sports.com HP <http://ssk-kitano.com>

発行元:九州ビルサービス・シンコースポーツ共同企業体



久留米市イメージキャラクター

第56号

2019.4.1

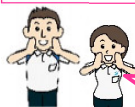
(臨時発行)

桜もちらほらと咲き、春の訪れを知らせる今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか？
ぽかぽか陽気のなかで元気に身体を動かしていきましょう！

2019年度もコスモすまいる北野を宜しくお願いいたします！

私どもが北野複合施設の指定管理者となりはや4年が経ちました。
こうして無事5年目を迎えることが出来るのも、皆様のお力添えのおかげです。
ありがとうございます。今年度も、皆様に寄り添う気持ちを忘れず、健康で笑顔になれるようお手伝いさせていただきます。皆様のご期待に添えるよう、スタッフ一同一生懸命努めてまいります。
今後とも、当指定管理者及びコスモすまいる北野をご愛顧いただきますようよろしくお願いいたします。

九州ビルサービス・シンコースポーツ共同企業体



大人から子どもまで楽しめる教室を多数開催♪ お見逃しなく！

♪キッズチャレンジ教室開催♪

ボールやマットなどを使った運動教室です。
レクレーションを中心とした体操教室のため、運動が苦手な子も大丈夫。楽しくみんなで身体を動かそう。
新学期が始まった新2・3年生や新小学1年生のみんなのご応募お待ちしております。

◆開催日：5/10・17・24・31 (金)

◆時間：17:30~18:30

◆場所：コスモすまいる北野 多目的

◆対象：小学生1年生~3年生

◆定員：15名 ※先着順

◆料金：2,000円 (全4回)

◆申込：電話・FAX・窓口にて受付



4/16 (火)

10時~ 申込受付開始

♪ハニーズダンススクール北野校♪

ハニーズダンススクールとは、福岡ソフトバンクホークスのオフィシャルダンスチームです。福岡ソフトバンクホークスの試合時に、可愛い衣装とカッコいいダンスと一緒に応援しよう。新規メンバー大募集。
レッスン見学・体験も可能です。
お気軽に総合事務所へ、お問い合わせください。

◆レッスン日：月3回 (土曜日)

◆時間：11:30~12:30

◆場所：コスモすまいる北野 多目的

◆対象：4歳~小学6年生

◆月謝：7,560円

みんなで
待ってるよ



♪親子で楽しめる教室や事業も実施しております♪

親子と一緒に身体を動かす体操教室や、
パパママの運動習慣をサポートする、
託児事業も実施しております。詳しくは、
総合事務所にお問い合わせ下さい。

♪サンデーファミリー体操♪

◆開催日：毎月第4日曜日

◆料金：無料

◆対象：親子 (未就学児)

♪エクササイズでリフレッシュ (託児) ♪

◆開催日：奇数月 (土曜日)

偶数月 (水曜日)

◆料金：施設使用料

◆対象：未就学児

暖かくなってきた今日この頃、運動するには最適な季節がやってきました。
冬の寒さでなかなか運動ができなかった方必見。6ヶ月の運動プログラムで心も身体もリフレッシュ。

◆ボクサ&エアロ 毎週火曜日 10:00~11:00

- ・ボクサエクササイズとエアロビクスの良い所を合わせた、一石二鳥のシェイプアップ教室です。

◆ベーシックヨガ 毎週水曜日 13:00~14:00

- ・初めての方でも安心、ヨガの基本からお教えいたします。

◆モーニングピラティス 毎週木曜日 9:30~10:30

- ・ストレッチを中心にトレーニングを行う教室です。
無理なくゆっくり身体づくりをしたい方にオススメ。

◆コンディショニングサーキット 毎週水曜日 19:45~20:45

- ・エアロビクスやストレッチ、筋トレなど様々な運動が一つのレッスンで楽しめます。

◆ステップエアロ 毎週木曜日 11:00~12:00

- ・ただ踊るだけでなく、ステップ台を使ったエアロビクスです。
普通のエアロビクスでは物足りない方にオススメです。

◆パワフルエアロ 毎週金曜日 13:00~14:00

- ・中~上級者向けのエアロ教室です。動いてシェイプアップ。

◆美ボディシェイプ 毎週土曜日 13:30~14:30

- ・美しく痩せるためのトレーニングが盛り込まれています。
なんと、参加者の中には8cmウエストダウンした方も。



いずれの教室も60分間の充実したプログラムとなっています！皆様のご参加お待ちしております！
レッスン内容・料金・申込方法・定員等に関しましては、お気軽に総合事務所までお問合せください。
※一部定員が超えている教室については掲載しておりません。その他教室につきましては随時募集中です。

➡ 詳しくは総合事務所まで！

♪男の料理教室開催♪

新年度、新しく何かを始めたい方必見です。
男性向けの料理教室を開催いたします。お肉料理をメインに作ります。自分や奥さま、お子さまに向けて美味しい料理を作ってみませんか？



- ◆開催日：5/25（土）
- ◆時間：10:00~13:30
- ◆場所：コスモすまいる北野 多目的
- ◆対象：成人男性
- ◆定員：20名 ※先着順
- ◆料金：800円
- ◆申込：電話・FAX・窓口にて受付

4/10（水）
10時~ 申込受付開始

※注意 食材調達の都合上、キャンセルは3営業日前までをお願いいたします。

♪ピークアボディ測定会開催♪

猫背や反り腰など、姿勢に関する様々な悩みを最新機能を搭載した『ピークアボディ』で、測定・分析・アドバイスいたします。
10年後のあなたをみてみませんか？



- ◆開催日：5/16（木）
- ◆時間：10:00~17:00
- ◆場所：コスモすまいる北野 研修室
- ◆対象：20歳以上
- ◆定員：18名 ※先着順（時間指定有）
- ◆料金：1,500円
- ◆申込：電話・FAX・窓口にて受付

4/11（木）
10時~ 申込受付開始



皆様のご来館を心よりお待ちしております！

