

7月号 まびいきいきプラザ

参加者募集中！

曜日	教室名	時間	難度強度
月	脂肪燃焼エクササイズ	13:30~14:30	☆☆☆
水	機能改善ヨガ	13:00~14:00	☆☆
木	リフレッシュヨガ	10:00~11:00	☆
	フラダンス	11:15~12:15	☆☆
金	はじめようクロール	11:30~12:30	☆
	すっきりヨガ (託児付きもあり)	13:30~14:30	☆

詳しい日程・参加料等については、お問合せ、またはホームページでご確認ください。



・各教室 1 人 1 回のみ 300 円で体験もできます。
参加料は、残りの回数×300 円です。
・定員になり次第、参加・体験を締め切らせていただきます。
ご了承ください。

平成 30 年 5 月現在で空きのある教室のみ掲載しています。

まびいきいきバスツアー



～おすすめポイント！！～

- 井原鉄道に乗って移動●
- 井原デニム加工体験●
- ランチは創作ビュッフェ●
- 持光寺にてにぎり仏作り●

日時：平成 30 年 7 月 22 日（日）

9 時 30 分 まびいきいきプラザ出発 二
17 時 30 分まびいきいきプラザ到着（予定）

定 員：20 名（最少催行人数）

座席は先着順に指定ができます♪

参加料：1 人あたり 7,800 円（昼食・旅行保険代込）

小学生以下のこども料金あります。

対象者：こども（4 歳以上）から大人まで O.K.!



申込開始日：5 月 1 日（火）9 時～日の丸旅行真備営業所にて申込受付。Tel086-698-1588



プールからの
お知らせ

◆プール利用の身長制限◆
135 cm未満の方は、
水着を着用した、身長 140 cm以上の
成人の付添いがいれば利用可。
1 人の付添いにつき、2 人まで。

詳しくは、お問合せください。

にこにこ
エアロ

10:30~11:00

- ・場 所 こどもひろば
- ・講 師 当館健康運動指導士・保育士
- ・対 象 就学前のお子様とその保護者
- ・定 員 親子 15 組程度(先着順)



7/12(木)

親子でうきうき♡

サマー コンサート

参加料無料

- ★場所 広間
- ★内容 岡山ヴェルデ ウィンド・アンサンブルの皆さんによる、金管五重奏
- ★対象 就学前のお子様と保護者
- ★定員 親子 60 組（先着順）

申込状況は、お問合せください。

7/21(土)
10:00~11:00

親子で作ろう

七夕かざり

- ・場 所 こどもひろば
- ・内 容 親子で作る簡単な笹飾りと七夕の話
- ・対 象 就学前のお子様とその保護者
- ・定 員 親子 10 組程度（先着順）

7月6日(金)

10:30
|
11:30

材料費：実費 100 円

※申込み後 1 週間以内にお支払いください

わらべうた 親子ダンス・運動遊び

参加料
無料

申込み受付中

♪スキップを楽しみながら、言葉なども覚えられる♪

日時：7月26日(木) 10:00~10:45

定員：親子 15 組程度（先着順）

対象：おおむね 2 歳～就学前のお子様とその保護者



わらべうた親子ダンス教室・運動遊びは、9月まで毎月1回開催します。

1回ごとにお申込みが必要です。

詳しい内容、お申込み日時は、お問い合わせください。

親子クッキング

夏野菜で
作ろう！

すっきり・つめた～いシャーベットづくり

～初めての包丁にもチャレンジ！～

日時：7月7日(土)

13時～15時



参加料：1人 300 円(材料費込)

対 象：4 歳以上のお子様とその保護者

定 員：親子 8 組程度（先着順）

申込み：6月7日(木) 9時～

管理事務所にて、

翌日 9 時から電話にて受付可



【申込み・お問合せ先】 まびいきいきプラザ Tel698-1555

開館時間 9:00～22:00 7月の休館日(3日, 10日, 17日, 24日, 31日)

