

2020.3 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

 ...ランニング練習会

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
<p>フィットネス・スポーツ</p> <p>催し物</p> <p>セミナー・講習会</p> <p>交流・コミュニティ</p>	<p>◆予約について◆</p> <p>3/1(日) 9:00 より予約開始いたします。 1階フロント、もしくはお電話にてお申込みください。 定員に達し次第、締め切らせていただきます。 キャンセル待ちは3名まで受付、前日までにキャンセルが出た場合ご連絡します。 空きがある場合、また当日キャンセルが出た際は、当日参加を受け付けます。</p>					
2	3	4	5	6	7	8
<p>映画上映会 「フォルトナの瞳」 14:00～ 約2時間 要予約 各定員20名カラオケルーム 人の死の運命が見えてしまう青年が最愛の女性のピンチに立ち向かう</p>	休館日	<p>～旅立ちの季節に①～ 桜&卒業ソング カラオケ 14:00～15:00 要予約 定員15名 カラオケルーム</p>	<p>19:00～20:00 </p> <p>好評中！大人の育毛講座 スキンケア講座 16:00～17:30 要予約 無料 定員16名カルチャーエリア</p> <p>ゴルフレッスン会 18:00～20:00 / 良田陽子プロ 要予約 30分 2,000円</p>	<p>プレミアムフライデー 会員につき同伴者様1名 ビジター利用1,000円 ※詳細別途記載</p>	<p>HIIT (ヒート) 13:00～13:20 要予約 参加無料 定員10名 担当/ジムトレーナー 短時間ですさまじい運動効果を発揮！ 脂肪燃焼&アンチエイジング効果も◎</p>	<p>9:00～10:00 </p> <p>卓球初心者向けレッスン& ダブルス体験会 15:00～16:00 参加無料 定員8名 講師/河地先生 熟練者が卓球のフォームや技を レクチャー！</p>
9	10	11	12	13	14	15
<p>～旅立ちの季節に②～ サンキューデー 3月9日は「サンキューデー！」 身近な方やGCの仲間へ感謝の 想いを伝えてみましょう♪</p>	休館日	<p>メモリストaffによる 葬祭マナー講座 15:00～16:00 要予約 定員16名カルチャーエリア もしもの時に役立つ終活のこと、 葬祭費用について解説します！</p>	<p>19:00～20:00 </p> <p>映画上映会 「植物図鑑」 ～運命の恋、ひろいました～ 14:00～ 約2時間 要予約 各定員20名カラオケルーム きっとピクニックに行きたくなる！ 切ないピュアなラブストーリー</p>	<p>チャレンジ！ やせ筋トレ 14:00～14:20 要予約 定員10名 サブスタジオ 担当/酒井トレーナー ダイエット効果◎の筋トレで 憧れボディに♪</p>	<p>14:00～15:30/Noriko先生 要予約 定員20名 カラオケルーム</p> <p>ホワイトデー 女性の来館者様にプレゼント！ ※数量に限りがございます。</p>	<p>9:00～10:00 </p> <p>大好評☆眼ヨガ 16:30～17:30 要予約 カルチャーエリア 定員16名</p> <p>ランニング&ウォーキング教室 11:00～12:00 要予約 定員5名 サブスタジオ</p>
16	17	18	19	20	21	22
<p>お土産付きヤクルト健康教室 「運動+食事で健康に！」 10:00～11:00 要予約 定員16名 カフェテリア</p> <p>ゴルフレッスン会 18:00～20:00 / 良田陽子プロ 要予約 30分 2,000円</p>	休館日	<p>ドラム教室 14:00～15:00/竹淵先生 要予約 定員15名 カラオケルーム ストレス発散も！ ドラムの音を楽しみましょう♪</p>	<p>19:00～20:00 </p> <p>～レッスン未経験者向け～ 初めてのフラダンス 13:00～14:00 要予約 定員20名 2Fサブスタジオ 担当/福田ユカリ先生 参加無料 手ぶらでご参加OK！ 優雅なフラにふれてみませんか？</p>	<p>ノルディック ウォーキング体験会 13:30～15:00 要予約 参加無料 定員10名 担当/酒井トレーナー ポールを持って手軽にウォーキング!!</p>	<p>14:00～15:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア</p> <p>顔ヨガ</p> <p>ゴルフレッスン会 13:00～17:30 / 良田陽子プロ 要予約 30分 2,000円</p>	<p>～あの頃子供だった全ての大人たちへ～ 映画上映会 「トイストーリー4」 14:00～ 約2時間 要予約 各定員20名カラオケルーム オモチャたちの大冒険を描く シリーズ最新作！</p>
23	24・31	25	26	27	28	29
<p>コサージュ教室 15:00～16:30 定員16名 材料1000円 竹淵先生</p> <p>30 ボールペン習字 16:00～17:30 要予約 定員15名 参加費500円 初回教材費1000円</p> <p>日本酒飲み比べ 19:00～20:00 要予約 定員16名 参加費500円</p>	休館日	<p>～歌って学ぶ～ 英語発音講座+ミニ英会話 入門クラス 13:30～14:30/Noriko 要予約 定員15名 カラオケルーム</p>	<p>19:00～20:00 </p> <p>ゴルフレッスン会 18:00～20:00 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載</p>	<p>さくらデー デリプレート一食1,320円(税込) 3/27は「さくらの日」♪ カフェテリアのデリプレートで 桜にちなんだメニューをご提供♪</p>	<p>山梨満喫バスツアー 要予約 定員30名 参加費 6,980円 ※詳細別紙 ※参加費は当日、旅行者添乗員の方へ お渡しください。</p>	<p>ノルディック ウォーキングお花見会 10:00～14:30 要予約 参加費1,000円 定員15名 会場: 観音山ファミリーパーク (バス送迎あり) 担当/酒井トレーナー</p>

2020.2 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

- フィットネス・スポーツ
- 催し物
- セミナー・講習会
- 交流・コミュニティ

◆予約について◆
2/1(土) 9:00 より予約開始いたします。
 1階フロント、もしくはお電話にてお申込みください。
 定員に達し次第、締め切らせていただきます。
 空きがある場合は当日参加も受け付けいたします。

**2月誕生日の方対象
誕生日抽選会**
 2/1~2/29期間
 メインフロントにて抽選会開催

**卓球初心者向けレッスン&
ダブルス体験会**
 15:00~16:00
 参加無料 定員8名
 講師/河地先生
 熟練者が卓球のフォームや技を
 レクチャー!

**映画上映会
「ザ・ファブル」**
 15:00~約2時間
 要予約 定員20名カラオケルーム
 誰も殺さず、救えるか。
 世界基準アクション×笑い!

3
 ~ロックな魂を持つ者集合!~
ロックバンドカラオケ
 14:00~15:00
 要予約
 定員15名
 カラオケルーム

4
休館日

5
階段昇降エクササイズ
 15:00~15:30
 参加無料 定員10名
 担当/酒井トレーナー
ゴルフレッスン会
 18:00~20:00 / 良田陽子プロ
 お一人 30分 2,000円
 ※詳細別途記載 要予約

6
抹茶デー
 デリプレート一食1,320円(税込)
 2/6は「抹茶の日」♪
 カフェテリアのデリプレートで
 抹茶デザートをご提供
 (持ち物) 自身のマフラーやストール、手鏡
 (あれば) シュシュ、ブローチ、指輪等

7
 ~おしゃれにアレンジ!~
冬のストール・マフラー講座
 14:00~15:00/加藤先生
 要予約 参加費500円(税込)
 定員16名 カルチャーエリア

8
 ~歌って学ぶ~
**英語発音講座+ミニ英会話
初中級クラス**
 14:00~15:30/Noriko先生
 要予約 定員15名 カラオケルーム

9
ゴルフレッスン会
 13:00~17:30
 良田陽子プロ
 お一人 30分 2,000円
 ※要予約
 ※詳細別途記載

10
**映画上映会
「アナと雪の女王」**
 18:00~約2時間
 要予約 定員20名カラオケルーム
 「レリゴー」で大ヒット!!
 ディズニー伝説のミュージカル♪

11
休館日

12
**グランビューランチ
送迎デー**
 11:15 グランクラブ出発
 ビューにて昼食
 13:30 グランビュー出発
 要予約 定員8名様
 3300円で300gのお肉を食べよう!
 ※送迎のみとなっております。

13
 ~おみやげ付き~
**好評中!大人の育毛講座
本気のスキンケア講座
(基礎化粧品編)**
 18:00~19:30
 要予約 参加無料
 定員16名カルチャーエリア

14
**ノルディック
ウォーキング練習会**
 13:30~15:00
 要予約 参加無料 定員10名
 担当/酒井トレーナー
 ポールを持って手軽にウォーキング!!

15
 ~眼精疲労をリセット!~
眼ヨガ
 14:00~15:00
 要予約 参加無料
 定員16名 カルチャーエリア
 パソコンやスマホで疲れた眼を
 リラックス!

16
 ~元プロアスリートの指導~
ランニング&ウォーキング教室
 11:00~12:00/酒井トレーナー
 要予約 定員5名 ジム

17
 ヤクルト健康教室お土産付き
体の中から"冷え"改善
 10:00~11:00
 定員16名カフェテリア
ゴルフレッスン会
 18:00~20:00 / 良田陽子プロ
 要予約 30分 2,000円

18
休館日

19
 メモリドスタッフによる
葬祭マナー講座
 15:00~16:00
 要予約 定員16名カルチャーエリア
 もしもの時に役立つ終活のこと、
 葬祭費用について解説します!

20
**映画上映会
「コーヒーが冷めないうちに」**
 15:00~約2時間
 要予約 定員20名カラオケルーム
 もしも過去に戻れたら、
 あなたはいつに戻りますか?
 優しく包む感動作!

21
**プレミアムフライデー
会員につき同伴者様1名
ビジター利用1,000円**
 ※詳細別途記載

22
**脳トレレッスン
数独大会**
 15:00~16:00
 要予約 定員16名ゲームルーム
 数字パズルに皆でトライ!
 一番早く解けた方にドリンク贈呈♪

23
 トレーナーによる呼吸セミナー
「呼吸で肩こり・腰痛を改善」
 10:30~14:30 / 和田トレーナー
 要予約 定員各20名 サブスタジオ
顔ヨガ
 16:30~17:30 要予約
 カルチャーエリア 定員16名

24
**ノルディック
ウォーキング練習会**
 13:30~15:00
 要予約 参加無料 定員10名
 担当/酒井トレーナー
 ポールを持って手軽にウォーキング!!

25
休館日

26
ゴルフレッスン会
 18:00~20:00 / 良田陽子プロ
 要予約 30分 2,000円
**英語発音講座+ミニ英会話
入門クラス**
 13:30~14:30/Noriko先生
 要予約 定員10名 カラオケルーム

27
フラワーキャンドル教室
 10:00~14:00/中野先生
 ※随時受付(12:30まで)
 カルチャーエリア
 参加費 1500円(税込)
 いろいろなタイプのキャンドルから
 選んで頂けます☆

28
階段昇降 エクササイズ
 14:00~14:30
 サブスタジオ集合
 参加無料 定員10名
 担当/酒井トレーナー
 気軽に簡単エクササイズ!

29
 ~キレイな字で印象UP~
ボールペン習字講座
 14:15~15:45
 要予約 参加費1000円(税込)
 定員15名カルチャーエリア
 担当/勅使可原先生
 持ち物:使い慣れたボールペン
 (あれば) ソフト下敷き



2020.1 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
 ※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

...ランニング練習会

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
<p>◆予約について◆</p> <p>1/3(金) 9:00 より予約開始いたします。 3階サブフロント、もしくはお電話にてお申込みください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・定員に達し次第、締め切らせていただきます。 ・キャンセル待ちは3名まで受付いたします。 ・空きがある場合、また当日キャンセルが出た際は、当日参加を受けいたします。 		1 休館日	2 休館日	3 2020年 初営業日♪ 2020年も変わらぬご愛顧の程、 宜しくお申し込み申し上げます。 営業時間 9:00~20:00	4 ~季節の変わり湯~ 蜜柑風呂 効果/血行促進、風邪予防 ※人工温泉が変わり湯となります	5 9:00~10:00 ゴルフレッスン会 18:00~20:00 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載
6 映画上映会 「コンフィデンスマンJP」 15:00~ 約2時間 要予約 定員20名カラオケルーム 人気ドラマの映画版! 詐欺師トリオが悪人を華麗に騙す!	7 休館日	8 ドラム教室 14:00~15:00/竹淵先生 要予約 定員15名 カラオケルーム 意外とカンタン!? ドラムを体験!	9 19:00~20:00 ゴルフレッスン会 18:00~20:00 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	10 階段昇降エクササイズ 14:00~14:30 サブスタジオ集合 参加無料 定員10名 担当/酒井トレーナー 気軽に簡単エクササイズ!	11 ~歌って学ぶ~ 英語発音講座+ミニ英会話 初中級クラス 14:00~15:30/Noriko先生 要予約 定員15名 カラオケルーム	12 9:00~10:00 ~季節の変わり湯~ カモミール風呂 効果/血行促進、風邪予防 ※人工温泉が変わり湯となります
13 映画上映会 「ライオンキング」 18:00~ 約2時間 要予約 定員20名カラオケルーム アフリカ・サバンナを舞台に、 生と死を問う感動作!	14 休館日	15 ゴルフレッスン会 18:00~20:00 要予約 お一人 30分 2,000円 ブレスレット教室 14:00~15:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費1000~3000円(税込) /竹淵先生	16 19:00~20:00 ~おみやげ付き~ 男女兼用大人の育毛講座 18:00~19:30 要予約 参加無料 定員16名カルチャーエリア 希望者はドライヘッドスパ体験も☆	17 ノルディック ウォーキング体験会 13:30~15:00 要予約 参加無料 定員10名 担当/酒井トレーナー ポールを持って手軽にウォーキング!!	18 5年前の顔を取り戻す 顔ヨガ 14:00~15:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア 持ち物:顔が全部映る鏡 写真が撮れるもの(スマホ、携帯電話)	19 9:00~10:00 ~元プロアスリートの指導~ ランニング&ウォーキング教室 11:00~12:00 酒井トレーナー 要予約 定員5名 ジムエリア トレッドミルを使い、 仲間と共に汗をかきませんか♪
20 キャンドル教室 15:00~16:00/中野先生 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 1200円 (税込) ほのかぬ火のキャンドルで 癒し気分♪	21 休館日	22 ~歌って学ぶ~ 英語発音講座+ミニ英会話 入門クラス 13:30~14:30/Noriko先生 要予約 定員15名 カラオケルーム	23 19:00~20:00 ゴルフレッスン会 18:00~20:00 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	24 ~卓球好きでいざ勝負~ 卓球大会 15:00~16:00 要予約 定員8名 卓球ルーム	25 映画上映会 「メン・イン・ブラック: インターナショナル」 15:00~ 約2時間 要予約 定員20名カラオケルーム ~SFアクションのスピンオフ!~	26 9:00~10:00 ノルディック ウォーキング体験会 13:30~15:00 要予約 参加無料 定員10名 担当/酒井トレーナー ポールを持って手軽にウォーキング!!
27 ぐんぎんマネー塾 16:00~17:30 要予約 定員16名カルチャーエリア ゴルフレッスン会 18:00~20:00 要予約 お一人 30分 2,000円	28 休館日	29 メモリードスタッフによる お金&終活講座 15:00~16:00 要予約 定員16名カルチャーエリア もしもの時に役立つ終活のこと、 葬祭費用について解説します!	30 19:00~20:00 ヤクルト健康教室お土産付き 葉酸で認知症予防 ~上手に葉酸を摂る秘訣~ 10:00~11:00 要予約 定員16名 カフェテリア 講師:管理栄養士	31 プレミアムフライデー 会員につき同伴者様1名 ビジター利用1,000円 ※詳細別途記載	<p>1月誕生日の方対象 誕生日抽選会</p> <p>1/1~1/31期間 メインフロントにて抽選会開催 ※詳細別途記載</p>	

- フィットネス・スポーツ
- 催し物
- セミナー・講習会
- 交流・コミュニティ

2019.12 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

...ランニング練習会

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

◆予約について◆

12/1(日) 9:00 より予約開始いたします。

1階フロント、もしくはお電話にてお申込みください。

定員に達し次第、締め切らせていただきます。

キャンセル待ちは3名まで受付、前日までにキャンセルが出た場合ご連絡いたします。
空きがある場合、また当日キャンセルが出た際は、当日参加を受け付けいたします。

◆年末年始について◆

催し物

セミナー・講習会

交流・コミュニティ

12/28(土)～1月2日(木)は休館とさせていただきます。

1月3日(金)より開館いたします。

※1月3日は9:00～20:00の営業となります。

2 ～冬のミステリー特集～ 映画上映会 「検察側の罪人」 14:00～/18:00～ 約2時間 要予約 各定員20名カラオケルーム 木村拓哉×二宮和也が挑む検事役!	3 休館日	4 クリスマスリース作り 14:00～15:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 1,000円(税込) ゴルフレッスン会 16:00～20:30 要予約 お一人 30分 2,000円	5 19:00～20:00 ～カラオケ好き集合!～ カラオケ交流 X'mas 14:00～15:00 要予約 定員10名 カラオケルーム 縛りはクリスマスソング 人気のハーバリウム限定バージョン♪ 皆で歌い合いましょ♪	6 クリスマス ハーバリウム教室 14:00～15:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 1,200円(税込) 人気のハーバリウム限定バージョン♪ ラム感のある華やかな仕上がりに☆	7 レジックアクセサリー 作り教室 14:00～15:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 1,000円(税込) 好きな材料をチョイスして キラキラアクセサリーを製作♪	8 9:00～10:00 ～季節の変わり湯～ ゆず風呂 効果/血行促進、風邪予防 ※人工温泉が変わり湯となります
9 昼のカラオケ教室 14:30～16:00/竹淵先生 要予約 定員15名 カラオケルーム ボイストレーニングから 学びましょう!	10 休館日	11 メモリードスタッフによる お金&終活講座 15:00～16:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア もしもの時に役立つ終活のこと、 葬祭費用について解説します!	12 19:00～20:00 ゴルフレッスン会 16:00～20:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	13 ぐんぎんマネー塾 16:00～17:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア プレミアムフライデー 会員につき同伴者様1名 ビジター利用1,000円	14 英語発音講座+ミニ英会話 X'mas カラオケ 14:00～15:30/Noriko先生 要予約 定員20名 カラオケルーム 顔ヨガ 12:30～13:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア 持ち物:顔が映る鏡、スマホ	15 ～チャンピオンNo.1決定戦～ 2019年卓球大会 歴代チャンピオンズリーグ 15:00～16:00 要予約 定員10名 卓球ルーム
16 ゴルフレッスン会 16:00～20:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	17 パクリ クリスマス ☆	18 AGE(終末糖化産物)について 健康セミナー 10:00～11:00 要予約 定員16名 カフェテリア ※AGE測定も行います!	19 19:00～20:00 ～おみやげ付き～ 男女兼用大人の育毛講座 16:00～17:00 要予約 参加無料 定員16名 カルチャーエリア 希望者はドライヘッドス(体験も☆)	20 ノルディック ウォーキング体験会 14:00～15:30 要予約 参加無料 定員10名 担当/酒井トレーナー ポールを持って手軽にウォーキング!!	21 しめ縄飾り教室 14:00～15:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 1,000円(税込) お正月を彩る華やかなしめ縄飾り♪ 2色から選んで頂きます☆	22 トレーナーによる健康セミナー 「肩こりセミナー」 ～猫背と肩こりの関係～ 10:00～/14:30～ 担当/和田トレーナー 要予約 定員各20名 サブスタジオ
23 ～冬のミステリー特集～ 映画上映会「ラプラスの魔女」 14:00～/18:00～ 約2時間 要予約 各定員20名 カラオケルーム	24 休館日	25 ノルディックウォーキング 体験会 11:00～12:30 要予約 定員10名 酒井トレーナー 英語発音講座+ミニ英会 入門クラス 13:30～14:30/Noriko先生 参加無料 定員10名 カラオケルーム	26 19:00～20:00 ヤクルト健康教室 「高血圧と日常生活」 10:00～11:00 要予約 定員16名 カフェテリア 階段昇降エクササイズ 14:00～14:30 サブスタジオ集合 参加無料 定員10名 酒井トレーナー	27 グランクラブゆく年くる年 15:00～16:00 カフェテリア 参加無料 ドリンク・お菓子つき 2019年最後の営業日! 今年を振り返って語り合いましょ♪	28 休館日	29 休館日

2019.11 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
 ※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

- フィットネス・スポーツ
- 催し物
- セミナー・講習会
- 交流・コミュニティ

◆予約について◆

11/1(金) 9:00 より予約開始いたします。
 3階サブフロント、もしくはお電話にてお申込みください。

定員に達し次第、締め切らせていただきます。
 空きがある場合は当日参加も受け付けいたします。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
～季節の変わり湯～ 蜜柑風呂 効果/血行促進、美肌 ※人工温泉が変わり湯となります	～芸術の秋！～ スケッチイベント 14:00～15:30 定員15名 ゲームルーム 参加無料 お好きなものをスケッチ♪ 絵心を発揮してください！	第29回 ぐんまマラソン 出場される会員様に 応援をお願いします♪	映画上映会 「祈りの幕が下りる時」 14:00～16:00 18:00～20:00 要予約 各定員20名 カラオケルーム	休館日	日光紅葉狩りバスツアー 要予約 定員30名 参加費 3,500円(会員様) 4,000円(一般の方) ※詳細別紙 一般の方も参加OKです♪	昼のカラオケ教室 15:00～16:30/竹淵先生 要予約 定員15名 カラオケルーム ボイストレーニングから 学びましょう！	～現役解説員が紹介！～ 富岡製糸場歴史講座 15:30～16:30/大山講師 要予約 定員16名 カルチャーエリア 世界遺産・富岡製糸場の魅力を たっぷり紹介いたします！	5年前の顔を取り戻す 顔ヨガ 16:30～17:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア	～元プロアスリートの指導～ ランニング&ウォーキング教室 11:00～12:00 酒井トレーナー 要予約 定員5名 ジムエリア トレッドミルを使い、 仲間と共に汗をかきませんか♪
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
ゴルフレッスン会 16:00～20:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	休館日	季節のアクセサリー作り 14:00～15:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 1,000円(税込) 秋にぴったりの ストラップやプレスレットを手作り☆	映画上映会 「ツナグ」 14:00～16:00 18:00～20:00 要予約 各定員20名 カラオケルーム	第一回グランクラブ高崎 ゴルフコンペ 8:20 集合 プレー費 7,300円 会費 3,000円 サンコー72カントリークラブ	～グランクラブ女子会～ 女性の趣味紹介お茶会 15:00～16:00 要予約 参加無料 カフェテリア ドリンク・お菓子つき	～卓球好きでいざ勝負～ 卓球大会 15:00～16:00 要予約 定員8名 卓球ルーム	ゴルフレッスン会 16:00～20:00 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	休館日	メモリードスタッフによる お葬儀マナー講座 14:30～15:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア ご予約時に質問や聞きたい内容を 受付いたします。
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
AGE(終末糖化産物)について 健康セミナー 10:30～11:30 要予約 定員16名 カフェテリア ※AGE測定も行います！	ジェルフラワー教室 14:00～15:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 1,500円(税込) キレイなプリザーブドフラワーを ジェルに閉じ込めたインテリア♪	カラオケしりとり 14:00～16:00 要予約 定員10名 カラオケルーム	ゴルフレッスン会 13:00～17:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	ヤクルト健康教室お土産付き 免疫力を高める食事 ～ビタミンACEで感染症予防～ 10:00～11:00 要予約 定員16名 カフェテリア 講師：管理栄養士	休館日	～歌って学ぶ～ 英語発音講座+ミニ英会話 入門クラス 13:30～14:30/Noriko 要予約 定員15名 カラオケルーム	クリスマスリース作り教室 14:00～15:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 1,000円(税込) 可愛いクリスマスリースを手作り♪ 好きなリボンを選べます☆	プレミアムフライデー 会員につき同伴者様1名 ビジター利用1,000円 ※詳細別途記載	犬好き交流会 14:00～15:00 カフェテリア 参加無料 ドリンク・お菓子つき 可愛いペット自慢OK♪ 犬の魅力を語り合ひましょう☆
									11月誕生日の方対象 誕生日抽選会 11/1～11/30期間 メインフロントにて抽選会開催 ※詳細別途記載

※ランニング練習会は11/3にぐんまマラソン本番を迎えるため、11月以降は休止となります。

2019.11 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
 ※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

...ランニング練習会

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
フィットネス・スポーツ カフェテリア 催し物 セミナー・講習会 交流・コミュニティ	1 休館日	2 ~季節の変わり湯~ ラベンダー風呂 効果/リラックス効果 疲労回復、美肌 ※人工温泉が変わり湯となります	3 メモリードスタッフによる お葬儀マネー講座 15:00~16:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア ご予約時に質問や聞きたい内容を 受付いたします。	4 ~インテリアとして注目!~ こけ玉教室 14:00~15:00 定員16名 カルチャーエリア 700円 ※要予約 渋さとかわいらしさを併せ持つ 「こけ玉」作りチャレンジ!	5 映画上映会 「マスカレードホテル」 14:00~15:50 要予約 定員20名 カラオケルーム 東野圭吾×木村拓哉でおくる 大ヒット作!	6 ~芸術の秋!~ スケッチイベント 14:00~15:30 定員15名 ゲームルーム 参加無料 お好きなものをスケッチ♪ 絵心を発揮してください!
7 ゴルフレッスン会 16:00~20:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	8 休館日	9 ~持ち込みOK~ 作品展示発表会 要予約 展示費無料 1F受付前展示 写真やハンドメイド雑貨、人形など、 皆様の作品を館内に展示します!	10 19:00~20:00 メンズデー 男性会員様 カフェテリアお食事半額 	11 ~オリジナル作品を作ろう~ ハロウィンリース作り教室 14:00~15:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア 参加費 500円 (税込) ハロウィンを彩る可愛いリースや小物 を、今年は手作りしてみませんか?	12 ~歌って学ぶ~ 英語発音講座+ミニ英会話 初中級クラス 14:00~15:30/Noriko 要予約 定員10名 カラオケルーム	13 9:00~10:00 顔ヨガ 16:30~17:30 要予約 定員16名 ゴルフレッスン会 13:00~17:30 お一人 30分 2,000円 ※要予約
14 ~ジャンル不問!~ おすすめ読書交流会 15:00~16:00 参加無料 カフェテリア 好きな本や作家について語り合いま せんか? 雑誌やコミックでもOK!	15 休館日	16 カラオケ発表会 14:00~16:00 ※ひとり一曲まで 参加無料 ※要予約 定員25名 中庭	17 19:00~20:00 HAPPY DAY カフェドリンク全品半額 コーヒー・ソフトドリンク アルコール・プロテインドリンク	18 レディスデー 女性会員様 カフェテリアお食事半額 プレミアムフライデー 会員につき同伴者様1名 ビジター利用1,000円 ※詳細別途記載	19 ~中庭サンセットプログラム~ 太極舞 19:00~20:00 / 大塚先生 要予約 定員15名 雨天室内開催 中国武術や太極拳をベースに、 情緒的な舞を踊ります♪	20 9:00~10:00 ~元プロアスリートの指導~ ランニング&ウォーキング教室 11:00~12:00 酒井トレーナー 要予約 定員5名 ジムエリア トレッドミルを使い、 仲間と共に汗をかきませんか♪
21 AGE(終末糖化産物)について 健康セミナー 10:30~11:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア ※AGE測定も行います!	22 休館日	23 ~歌って学ぶ~ 英語発音講座+ミニ英会話 入門クラス 13:30~14:30/Noriko 要予約 定員10名 カラオケルーム	24 19:00~20:00 カラオケしり取り 14:00~16:00 カラオケルーム 曲名でしり取りに挑戦! 楽しくカラオケタイム♪	25 JAZZ演奏会 ※詳細裏面 19:00~19:30、19:50~20:30 ゴルフレッスン会 16:00~20:30 良田陽子プロ 要予約 お一人 30分 2,000円	26 猫好き交流会 10:30~11:30 参加無料 カフェテリア ライフプランセミナー 15:00~16:30 要予約 定員15名 ゲームルーム	27 9:00~10:00 トレーナーによる健康セミナー 「腰痛セミナー2」 ~生活動作による腰への負担~ 10:00~14:30 / 和田トレーナー 要予約 定員各20名 サブスタジオ ※動きやすい格好でご参加ください
28 ~ヤクルト健康教室お土産付き~ 不眠解消のコツ 10:00~11:00 要予約 定員16名 カフェテリア 講師:管理栄養士	29 休館日	30 ~卓球好きでいざ勝負~ 卓球大会 15:00~16:00 要予約 定員8名 卓球ルーム	31 映画上映会 「劇場版コード・ブルー」 14:00~15:50 要予約 定員20名 カラオケルーム ハロウィン来館プレゼント ※ご来館された会員様に プレゼントを贈呈します	◆予約について◆ 10/2(水) 9:00 より予約開始いたします。 3階サブフロント、もしくはお電話にてお申込みください。 定員に達し次第、締め切らせていただきます。 キャンセル待ちは3名まで受付、前日までにキャンセルが出た場合ご連絡 いたします。空きがある場合、当日キャンセルが出た際は、当日参加を受付けいたします。		10月誕生日の方対象 誕生日抽選会 10/1~10/31期間 メインフロントにて抽選会開催 ※詳細別途記載

2019.8 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
 ※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

...ランニング練習会

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

◆予約について◆

8/1(木) 9:00 より予約開始いたします。

3階サブフロント、もしくはお電話にてお申込みください。

定員に達し次第、締め切らせていただきます。

キャンセル待ちは3名まで受付、前日までにキャンセルが出た場合ご連絡いたします。

空きがある場合、また当日キャンセルが出た際は、当日

<p>5 ゴルフレッスン会 16:00~20:30 / 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※詳細別途記載 要予約</p> <p>~中庭ナイトプログラム~ やさしいヨガ 21:05~22:05 / 美月 予約不要・通常レッスンを中庭開催</p>	<p>6 休館日</p>	<p>7 メンズデイ 男性会員様 カフェテリアお食事半額</p>	<p>1 19:00~20:00 </p> <p>8月誕生日の方対象 誕生日抽選会 8/1~8/31期間 メインフロントにて抽選会開催 ※詳細別途記載</p>	<p>2 ~卓球交流会~ みんなで卓球タイム 11:00~12:00 予約不要・ご自由に出入りください 卓球ルーム</p> <p>スタッフも参加します! 一緒にラリしましょう♪</p>	<p>3 ぐんぎんマネー塾 16:00~17:30 群馬銀行講師 要予約 定員16名 カルチャーエリア</p>	<p>1 5年前の顔を取り戻す 顔ヨガ 16:30~17:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア</p> <p>持ち物: 顔が全部映る鏡 写真が撮れるもの(スマホ、携帯電話)</p>
<p>12</p>	<p>13 ~季節の変わり湯~ シークワサー風呂 効果/リラックス効果 疲労回復、美肌 ※人工温泉が変わり湯となります</p>	<p>14 アカデミー賞史上最多タイ受賞 観るもの全てが恋に落ちる 極上の ミュージカルエンターテイメント 映画上映会 「ラ・ラ・ランド」 14:00~16:10 カラオケルーム</p>	<p>8 19:00~20:00 </p> <p>メモリードスタッフによる お葬儀マネー講座 11:00~12:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア</p> <p>ご予約時に質問や聞きたい内容を 受付いたします。</p>	<p>~カラオケ好きみんな集合~ カラオケ合唱タイム 11:00~12:00 要予約・定員15名 カラオケルーム スタッフも参加します!!</p>	<p>10 ~歌って学ぶ~ 英語発音講座+ミニ英会話 初中級クラス 14:00~15:30/Noriko 要予約 定員10名 カラオケルーム</p>	<p>11 ゴルフレッスン会 13:00~17:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載</p>
<p>19 ~目指せ高得点~ カラオケ大会 14:00~15:00 要予約・定員10名 カラオケルーム</p> <p>お気軽にご参加ください★</p>	<p>20 休館日</p>	<p>21 ~歌って学ぶ~ 英語発音講座+ミニ英会話 入門クラス 13:30~14:30/Noriko 要予約 定員10名 カラオケルーム</p>	<p>15 HAPPY DAY カフェドリンク全品半額</p>	<p>16 ~旅行・旅好きで語り合おう~ 海外旅行交流会 15:00~16:00 要予約 参加無料 カフェテリア</p> <p>アジアのおすすめ、お気に入りの みんなでおしゃべりしませんか♪ 会員さま同士の交流のお時間です</p>	<p>17 5年前の顔を取り戻す 顔ヨガ 16:30~17:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア</p> <p>持ち物: 顔が全部映る鏡 写真が撮れるもの(スマホ、携帯電話)</p>	<p>9:00~18:10:00 </p> <p>~元プロアスリートの指導~ ランニング&ウォーキング教室 11:00~12:00 酒井トレーナー 要予約 定員5名 ジムエリア</p> <p>トレッドミルを使い、 仲間と共に汗をかきませんか?</p>
<p>26 ~ヤクルト健康教室お土産付き~ 寝苦しい夜はカルシウムで すっきり快眠 10:00~11:00 要予約 定員16名 カフェテリア 講師: 管理栄養士</p>	<p>27 休館日</p>	<p>28 ~卓球好きでいざ勝負~ 卓球大会 14:00~15:00 要予約/定員8名 卓球ルーム</p>	<p>19:00~20:00 </p> <p>良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載 プレミアムサースデイ 会員につき同伴者様1名 レディスデイ 女性会員様 カフェテリアお食事半額</p>	<p>23 認知症を知り、地域をつくる 認知症サポーター 育成講座 11:00~12:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア 講師: 高崎市地域包括支援センター</p>	<p>24 ファイナンシャルプランナーによる ライフプランセミナー 16:30~18:00 要予約 定員10名 ゲームルーム</p>	<p>25 9:00~10:00 </p> <p>和田トレーナーによる なるほど納得! 腰痛セミナー 10:00~11:00 13:00~14:00 要予約 定員各20名 サブスタジオ</p>
				<p>30 ~中庭ナイトプログラム~ スローフローヨガ 20:30~21:30 / 美月 予約不要 通常レッスンを中庭開催します</p> <p>天候によってはメインスタジオ で行いますのでご了承ください</p>	<p>31 アカデミー賞ゴールデングローブ賞 受賞 共感必至の等身大ドラマ すべてを飲み込む魂の歌 映画上映会 「アリー スター誕生」 14:00~16:20 17:45~20:05 カラオケルーム</p>	<p>カフェテリア 催し物 セミナー・講習会</p> <p>交流・コミュニティ</p>

2019.9 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
 ※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

 ...ランニング練習会

月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日 日曜日

◆予約について◆

9/1(日) 9:00 より予約開始いたします。

3階サブフロント、もしくはお電話にてお申込みください。

定員に達し次第、締め切らせていただきます。

キャンセル待ちは3名まで受付、前日までにキャンセルが出た場合ご連絡いたします。

空きがある場合、また当日キャンセルが出た際は、当日参加を受け付けいたします。

フィットネス・スポーツ

カフェテリア

催し物
セミナー・講習会

交流・コミュニティ

9月誕生日の方対象
誕生日抽選会

8/1~8/31期間
メインフロントにて抽選会開催
※詳細別途記載

2	3	4	5	6	7	8
<p>～季節の変わり湯～ すだち風呂 効果/リラックス効果 疲労回復、美肌 ※人工温泉が変わり湯となります</p>	休館日	<p>メモリードスタッフによる お葬儀マナー講座 13:00~14:00 要予約 定員16名 カルチャーエリア</p>	<p>～卓球交流会～ みんなで卓球タイム 11:00~12:00 予約不要・ご自由に出入りください 卓球ルーム スタッフも参加します! 一緒にラリーしましょう♪</p>	<p>19:00~20:00 </p> <p>メンズデー 男性会員様 カフェテリアお食事半額</p>	<p>有川 浩の超人気ベストセラー を実写映画化 主演 福士 蒼汰 高畑 充希 映画上映会 「旅猫レポート」 14:00~16:10 カラオケルーム</p>	<p>9:00~10:00 </p> <p>5年前の顔を取り戻す 顔ヨガ 16:30~17:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア</p>
9	10	11	12	13	14	15
<p>ゴルフレッスン会 16:00~20:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載</p>	休館日	<p>ご予約時に質問や聞きたい内容を ご受付いたします。 ～ぶどう狩りツアー～ ぶどう狩り バスツアー 原田農園でぶどう狩り ランチ付</p>	<p>19:00~20:00 </p> <p>オススメのカフェを語り合おう おすすめカフェ交流会 15:00~16:00</p>	<p>JAZZ演奏会 ※詳細裏面 19:00~19:30、19:50~20:30</p>	<p>～歌って学ぶ～ 英語発音講座+ミニ英会話 初・中級クラス 14:00~15:30/Noriko 会員につき同伴者様1名 ビジター利用1,000円 ※詳細別途記載</p>	<p>9:00~10:00 </p> <p>～元プロアスリートの指導～ ランニング&ウォーキング教室 11:00~12:00 酒井トレーナー 要予約 定員5名 ジムエリア トレッドミルを使い、 仲間と共に汗をかきませんか♪</p>
16	17	18	19	20	21	22
<p>～卓球好きでいざ勝負～ 卓球大会 14:00~15:00 要予約/定員8名 卓球ルーム</p>	休館日	<p>～ヤクルト健康教室お土産付き～ 腸とお肌の深い関係 10:00~11:00 要予約 定員16名 カフェテリア 講師:管理栄養士</p>	<p>要予約 参加無料 カフェテリア 高崎でお茶の会のカフェや、 かぶ です HAPPY DAY カフェドリンク全品半額 コーヒー・ソフトドリンク アルコール・プロテインドリンク</p>	<p>ファイナンシャルプランナーによる ライフプランセミナー 13:30~15:00 要予約 定員10名 ゲームルーム</p>	<p>9:00~10:00 </p> <p>「レ・ミゼラブル」の ヒュージャックマン主演 ミュージカルエンターテイメント 映画上映会 グレイテストショーマン 13:00~15:10 カラオケルーム</p>	
23	24	25	26	27	28	29
<p>～中庭サンセットプログラム～ やさしいベリーダンス 「パールを纏って華やかに」 18:00~19:00 / ネスマ</p>	休館日	<p>～旅行・旅好きで語り合おう～ 海外旅行交流会 15:00~16:00 要予約 参加無料 カフェテリア アジアのおすすめ、お気に入りの みんなでおしゃべりしませんか♪ 会員さま同士の交流のお時間です</p>	<p>AGE測定も行います</p>	<p>19:00~20:00 </p> <p>～歌って学ぶ～ 英語発音講座+ミニ英会話 入門クラス 13:30~14:30/Noriko 要予約 定員10名 カラオケルーム</p>	<p>レディースデー 女性会員様 カフェテリアお食事半額</p>	<p>9:00~10:00 </p> <p>トレーナーによる健康セミナー 「アンチエイジング」 10:00~13:00 / 泉川トレーナー 要予約 定員各20名 サブスタジオ</p>
30						
<p>カラオケ大会 19:00~20:00 要予約・定員10名・カラオケルーム</p>						

2019.7 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

...ランニング練習会

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
1 7月誕生日の方対象 誕生日抽選会 7/1~7/31期間 メインフロントにて抽選会開催 ※詳細別途記載	2 休館日	3 ~旅行・旅好きで語り合おう~ アジア好き交流会 15:00~16:00 要予約 参加無料 カフェテリア アジアのおすすめ、お気に入りをお互いでおしゃべりしませんか?	4 メンズデー 男性会員様 カフェテリアお食事半額 	5 伝説のバンド クイーンの感動物語 全世界が熱狂!感涙!!喝采!!! 映画上映会 「ボヘミアンラプソディ」 ~魂に響くラスト21分~ 10:00~12:15 18:30~20:45 カラオケルーム	6 5年前の顔を取り戻す 顔ヨガ(顔のエクササイズ) 13:00~14:00 / Yuco 要予約 定員16名 カルチャーエリア ~歌って学ぶ~ 英語発音講座/Noriko 14:00~14:45 インターディエート★ 15:00~15:45 アドバンス★★ 要予約 定員各10名 カラオケルーム	7 ~中庭サンセットプログラム~ テラスリラックソヨガ 17:30~18:30 / 島田 要予約 定員20名 雨天室内開催 外の空気を吸いながら 心と身体をリラックス	
8 ゴルフレッスン会 16:00~20:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	9 休館日	10 ~歌って学ぶ~ 英語発音講座 ビギナークラス☆ 14:00~14:45/Noriko 要予約 定員10名 カラオケルーム	11 AGE(終末糖化産物)について 健康セミナー 10:30~11:30 要予約 定員16名 カルチャーエリア	12 ~卓球交流会~ みんなで卓球タイム 13:00~14:00 要予約 定員8名 卓球ルーム スタッフも参加します! 途中入場 途中退室OK お気軽にご参加ください	13 げんき堂整体師による 健康セミナー 10:00~11:00 / 山岸 要予約 定員10名 ゲームルーム ~ぐんぎんマネー塾~ 資産運用の基礎知識 投資信託の選び方 17:00~18:30/群馬銀行講師 要予約 定員16名 カルチャーエリア	14 前橋トリアスロンフェスタに向けて トリアスロンフェスタチャレンジ 10:00~12:00/酒井トレーナー 要予約 定員10名 座学&バイク&ラン ~卓球好きでいざ勝負~ 卓球大会 14:00~15:00 要予約・定員8名・卓球ルーム	
15 ~アロマバス~ ラベンダー風呂 効果/リラックス効果、安眠、 疲労回復、美肌、神経痛 ※人工温泉が変わり湯となります	16 休館日	17 ~カラオケ好きみんな集合~ カラオケしりとりタイム 14:00~15:00 要予約・定員15名 カラオケルーム スタッフも参加します!!	18 AGE測定も行います ゴルフレッスン会 16:00~20:30 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※要予約 ※詳細別途記載	19 プレミアムフライデー ※詳細別途記載 ~旅行・旅好きで語り合おう~ ヨーロッパ好き交流会 15:00~16:00 要予約・参加無料・カフェテリア	20 HAPPY DAY ~目指せ高得点~ カラオケ大会 18:00~19:00 要予約・定員10名・カラオケルーム	21 ~元プロアスリートの指導~ ランニング&ウォーキング教室 9:30~10:30/酒井トレーナー 要予約 定員5名 ジム 5年前の顔を取り戻す 顔ヨガ(顔のエクササイズ) 16:30~17:30 / Yuco 要予約 定員16名 カルチャーエリア	
22 法律セミナー 遺言と遺留文について 13:30~14:30 / 佐々木弁護士 要予約 定員15名 ゲームルーム	23 休館日	24 ~卓球好きでいざ勝負~ 卓球大会 14:00~15:00 要予約/定員8名 卓球ルーム	25 レディズデー 女性会員様 カフェテリアお食事半額 	26 JAZZ演奏会 ※詳細裏面 19:00~19:30、19:50~20:30 プレミアムフライデー 会員につき同伴者様1名 ビジター利用1,000円 ※詳細別途記載	27 ~賢くなるお金の話~ ライフプランセミナー 14:00~/ファイナンシャルプランナー 要予約 定員10名 ゲームルーム ~中庭サンセットプログラム~ DISCO WORLD 18:30~19:30/大塚深貴・斉藤綾子 要予約 雨天室内開催	28 健康セミナー「ミネラルの重要性」 10:00~13:00~/泉川トレーナー 要予約 定員各20名 サブスタジオ ゴルフレッスン会 13:00~17:30 / 良田陽子プロ お一人 30分 2,000円 ※詳細別途記載 要予約 ~中庭サンセットプログラム~ 夕涼みの太極拳/山口律子 17:30~18:15 要予約 定員20名 雨天室内開催	
29 ~お土産付きヤクルト健康教室~ スタミナ食事で夏バテ予防 10:00~11:00 / 管理栄養士 要予約・定員15名・カルチャーエリア ~目指せ高得点~ カラオケ大会 19:00~20:00 要予約・定員10名・カラオケルーム	30 休館日	31 老若男女、泣ける感動作 運命なんて飛び越えて わたしはあなたに逢いに行く 映画上映会 「今夜、ロマンス劇場で」 10:00~11:50 14:00~15:50 カラオケルーム	フィットネス・スポーツ カフェテリア 催し物 セミナー・講習会 交流・コミュニティ			◆予約について◆ 7/1(月) 9:00 より予約開始いたします。 3階サブフロント、もしくはお電話にてお申込みください。 定員に達し次第、締め切らせていただきます。 キャンセル待ちは3名まで受付、前日までにキャンセルが出た場合、ご連絡いたします。 空きがある場合、また当日キャンセルが出た際は、当日参加を受付いたします。	

2019.6 EVENT SCHEDULE

※詳細は、1階インフォメーションに掲示いたします。 ※都合により急きょ変更の可能性もございますのでご了承ください。
※イベントに伴い、カラオケルームや卓球ルームを貸切の場合がございますのでご了承ください。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
<p>フィットネス・スポーツ</p> <p>カフェテリア</p> <p>催し物</p> <p>セミナー・講習会</p> <p>交流・コミュニティ</p>		<p>◆予約について◆</p> <p>6/1(土) 9:00 より予約開始いたします。</p> <p>3階サブフロント、もしくはお電話にてお申込みください。</p> <p>定員に達し次第、締め切らせていただきます。</p> <p>空きがある場合は当日参加も受け付けいたします。</p>			1	2
					<p>1</p> <p>HAPPY DAY</p> <p>カフェドリンク全品半額</p> <p>アルコール ソフトドリンク プロテインドリンク コーヒー、カフェオレ</p> 	<p>2</p> <p>～中庭サンライズプログラム～</p> <p>朝のさわやか太極拳</p> <p>9:30～10:15 / 山口律子</p> <p>要予約 定員20名 雨天室内開催</p>
3	4	5	6	7	8	9
<p>3</p> <p>ゴルフレッスン会</p> <p>16:00～20:30</p> <p>良田陽子プロ</p> <p>お一人 30分 2,000円</p> <p>※要予約</p> <p>※詳細別途記載</p> 	<p>4</p> <p>休館日</p>	<p>5</p> <p>～カラオケ好きみんな集合～</p> <p>カラオケしりとりタイム</p> <p>11:30～12:30</p> <p>要予約</p> <p>定員20名</p> <p>カラオケルーム</p> 	<p>6</p> <p>メンズデー</p> <p>男性会員様お食事半額</p> 	<p>7</p> <p>～おすすめの温泉を語り合おう～</p> <p>温泉好きお茶会</p> <p>15:00～16:00</p> <p>要予約6/5締切</p> <p>参加費300円</p> <p>珈琲、お菓子つき</p> 	<p>8</p> <p>～歌って学ぶ～</p> <p>英語発音講座</p> <p>9:30～10:30 / Noriko</p> <p>要予約 定員10名 カラオケルーム</p> <p>～卓球交流会～</p> <p>みんなで卓球タイム</p> <p>13:00～14:00</p> <p>要予約 定員8名 卓球ルーム</p>	<p>9</p> <p>カンヌ国際映画祭</p> <p>最高賞のパルムドール受賞作</p> <p>世界中で絶賛の嵐!!</p> <p>映画上映会</p> <p>「万引き家族」</p> <p>～盗んだのは絆でした～</p> <p>13:00～16:00</p> <p>カラオケルーム</p>
10	11	12	13	14	15	16
<p>10</p> <p>法律セミナー</p> <p>身近な法律について</p> <p>13:30～14:30 / 佐々木弁護士</p> <p>要予約 定員15名 ゲームルーム</p> 	<p>11</p> <p>休館日</p>	<p>12</p> <p>～うれしいお土産付き～</p> <p>ヤクルト健康教室</p> <p>梅雨どきの熱中症対策</p> <p>10:00～11:00 / 管理栄養士</p> <p>要予約</p> <p>定員15名</p> <p>カフェテリア</p> 	<p>13</p> <p>～中庭プログラム～</p> <p>エンジョイブラ</p> <p>12:00～12:45 / 福田ユカリ</p> <p>通常レッスンを天候により中庭開催</p> <p>ゴルフレッスン会</p> <p>16:00～20:30 / 良田陽子プロ</p> <p>お一人 30分 2,000円</p> <p>※詳細別途記載 要予約</p>	<p>14</p> <p>夏のストール・スカーフ講座</p> <p>～おしゃれに日焼け対策を～</p> <p>10:30～11:30 / 加藤桃子</p> <p>要予約 定員16名 カルチャーエリア</p> <p>[持ち物]</p> <p>夏用ストールかスカーフか</p> <p>大きめのハンカチ、あれば鏡</p>	<p>15</p> <p>～賢くなるお金の話～</p> <p>ライフプランセミナー</p> <p>13:00～/ファイナンシャルプランナー</p> <p>要予約 定員15名 カルチャーエリア</p> <p>～グランクラブ女子会～</p> <p>女性の趣味紹介お茶会</p> <p>15:00～16:00</p> <p>要予約参加費300円 珈琲・お菓子つき</p>	<p>16</p> <p>～元プロアスリートの指導～</p> <p>ランニング&ウォーキング教室</p> <p>9:30～10:30 / 酒井トレーナー</p> <p>要予約 定員5名 ジム</p> 
17	18	19	20	21	22	23
<p>17</p> <p>～季節の変わり湯～</p> <p>どくだみ湯</p> <p>消炎、殺菌作用</p> <p>あせも、かぶれに効果あり</p> <p>※人工温泉が変わり湯となります</p>	<p>18</p> <p>休館日</p>	<p>19</p> <p>ゴルフレッスン会</p> <p>16:00～20:30</p> <p>良田陽子プロ</p> <p>お一人 30分 2,000円</p> <p>※要予約</p> <p>※詳細別途記載</p> 	<p>20</p> <p>～中庭ナイトプログラム～</p> <p>テラスdeナイトヨガ</p> <p>20:00～20:45 / 美月</p> <p>要予約 定員15名 雨天室内開催</p> 	<p>21</p> <p>～目指せ高得点～</p> <p>カラオケ大会</p> <p>10:30～12:00</p> <p>要予約</p> <p>定員10名</p> <p>カラオケルーム</p> 	<p>22</p> <p>～中庭サンセットプログラム～</p> <p>やさしいベリーダンス</p> <p>「パールを纏って華やかに」</p> <p>18:30～19:30 / ネスマ</p> <p>要予約 定員15名 雨天室内開催</p>	<p>23</p> <p>トレーナーによる健康セミナー</p> <p>「食事学の基本と応用」</p> <p>10:00～13:00 / 川口トレーナー</p> <p>要予約 定員各1名 ゲームスタジオ</p> 
24	25	26	27	28	29	30
<p>24</p> <p>～旅行・旅好きで語り合おう～</p> <p>旅行好きお茶会</p> <p>15:00～16:00</p> <p>要予約6/22締切</p> <p>参加費300円</p> <p>珈琲、お菓子つき</p> 	<p>25</p> <p>休館日</p>	<p>26</p> <p>～永井酒造によるセミナー～</p> <p>スパークリングSAKEIについて</p> <p>18:30～19:30</p> <p>カルチャーエリア</p> <p>要予約 定員16名</p> <p>参加費500円</p> 	<p>27</p> <p>レディースデー</p> <p>女性会員様お食事半額</p> <p>～卓球好きでいざ勝負～</p> <p>卓球大会</p> <p>13:00～14:00</p> <p>要予約 定員8名 卓球ルーム</p> 	<p>28</p> <p>プレミアムフライデー</p> <p>会員につき同伴者様1名</p> <p>ビジター利用1,000円</p> <p>※詳細別途記載</p>	<p>29</p> <p>～ぐんぎんマネー塾～</p> <p>「お金の寿命」を</p> <p>伸ばす必要性和その方法</p> <p>16:00～17:30 / 群馬銀行講師</p> <p>要予約 定員16名 カルチャーエリア</p> <p>～中庭サンセットプログラム～</p> <p>DISCO WORLD</p> <p>18:30～19:30 / 大塚深貴・斉藤綾子</p> <p>要予約 雨天室内開催</p>	<p>30</p> <p>5年前の顔を取り戻す</p> <p>顔ヨガ(顔のエクササイズ)</p> <p>11:00～12:00 / Yuko</p> <p>要予約</p> <p>定員15名</p> <p>カルチャーエリア</p> 