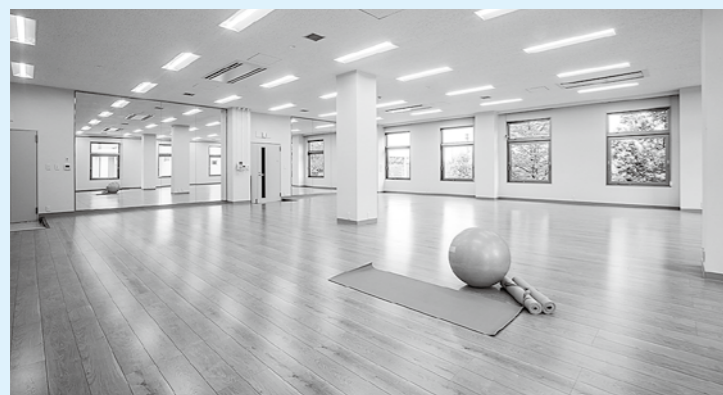


Jヴィレッジ紹介コーナー

平成31年4月20日に福島県の復興のシンボル施設として全面再開した、Jヴィレッジが町民にとって身近に感じ、利用促進がはかれるよう、6月号からシリーズで紹介させていただいています。

第7回目は、Jヴィレッジフィットネスクラブ スタジオの教室を紹介いたします。

●スタジオで開催されている教室



※会員以外の方が下記スタジオプログラムに参加する場合、ビジター料金[2,200円(税込)]に別途料金500円(税込)が発生いたします。

※会員の方は参加料無料です。

※興味のある方はJヴィレッジフィットネスクラブ ☎0240-23-7013までご連絡下さい。

YOGA (30分)

初心者向け

深い呼吸とポーズの連動で、心と身体をリフレッシュ。身体が硬いとお悩みの方にも無理なくご参加いただけます。



ファットバーニング

Fat Burning (30分)

Fat Burningは自重で行う筋力トレーニングと有酸素運動を混ぜた脂肪燃焼プログラムです。



コンディショニング ～腰痛編～ (30分)

初心者向け

多くの方が抱えている腰痛に、身体の柔軟性や安定性からアプローチし、正しい姿勢づくりを目指すプログラムです。



コンディショニング ～膝痛編～ (30分)

初心者向け

「歩いて膝が痛い」など膝に関するお悩みを動きながら解消していき、より良い膝の動きを目指すプログラムです。



アルケで ARKE de サーキット (30分)

ギリシャ語で「原点」を意味するARKE。有酸素運動と複合させて、より機能的なカラダづくりを目指していくプログラムです。



ストレッチポール (30分)

ストレッチポールを使用し、体の歪みや強張りをリセットします。リラクゼーションから日常でも綺麗な姿勢を保てるような優しいトレーニングを行います。



●12月のJヴィレッジで開催されるイベント紹介

No.	月 日	イベント内容	備 考
1	12月8日(日)	Jヴィレッジスポーツフェスタ	対象者：小学生1年生～6年生のお子様 約160名 ※事前申し込み(11/29まで)
2	12月15日(日)	Jヴィレッジハーフマラソン	参加者は事前エントリー制
3	12月20日(金) ～12月26日(木)	チームラボ お絵かきクリスマス	入場料 無料、どなたでもご覧いただくことができます。
4	12月21日(土) ～12月23日(月)	高円宮杯JFA U-18サッカープリンスリーグ 東北参入戦	入場料 無料、どなたでもご覧いただくことができます。

広野町振興公社紹介コーナー

8月号からシリーズで紹介している(株)広野町振興公社の紹介ページ第5弾です。

今回は、9月20日ニツ沼総合公園内にある「ふるさと広野館」に、オープンしたフードコート併設のフリースペース「ニツ沼ベース」と広野町トロピカルフルーツミュージアムハウス入口に設置しました観光案内看板をご紹介します。

●「ニツ沼ベース」

フードコート併設のフリースペースで、館内には無料Wi-Fiを整備し、来場者が自由に休憩や学習、会議の場として利用できます。また、併設するフードコート「カフェレストランニツ沼」では、そばやパスタ、カレーライスなどを食べることができます。

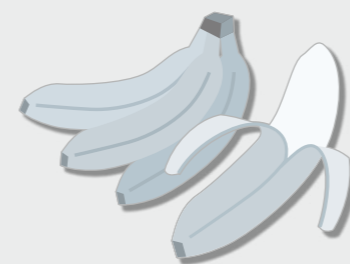


施設名	利用時間	定休日	備考
フリースペース	午前9時から午後4時まで	月曜日(祝日は営業)	飲食物の持込可
カフェレストランニツ沼	午前10時から午後3時	月曜日(祝日は営業)	飲食物の持込可 夜間予約があれば宴会も受け付ける。

連絡先 広野町振興公社 ☎0240-27-2131
カフェレストランニツ沼 ☎0240-27-1110

●広野町トロピカルフルーツミュージアムハウス入口に観光案内看板設置しました！

顔出し案内看板なので、広野町産バナナ「綺麗」見学等でニツ沼総合公園を訪れた際にはご利用ください。



●12月の振興公社で開催されるイベント紹介

No.	月 日	イベント内容	備 考
1	12月8日(日)	広野町パークゴルフ協会12月度月例会	会員対象
2	12月15日(日)	広野町パークゴルフ協会長杯パークゴルフ大会	会員対象
3	12月22日(日)	年忘れパークゴルフ大会	オープン参加