

志段味 **た** **よ** **り**今月の **Pick Up!** 情報**ViPR** レッスン

【日時】 5月10日(水) 11:00~11:45(45分)  
5月26日(金) 14:00~14:45(45分)

【対象】 中学生以上 【定員】 各15名 **※先着順**

【費用】 ￥500 **※独自券還元ポイント500Pまで**

【持物】 運動できる服装、室内シューズ  
水分補給用飲料水、タオル

【申込】 5月2日(火) 9:00~

【講師】 ViPR公認インストラクター 小森一輝



**ViPR** だからできるコト!



- ①全身運動が効率よく行える!
- ②筋力トレーニングと機能的に動く身体を作る動きの融合!
- ③持ち挙げる、引っ張る、振り回す、跳ぶ、組み合わせは無限大!
- ④ViPRは樹脂製なので安全に扱えます!

# 4月のイベント報告会♪

## 体組成測定会

平成29年度の1回目の測定会にご参加頂き、誠にありがとうございます。運動を始める方は「今」の自分を知ることができたと大喜びでしたね♡

継続して測定をしている方は日頃の運動成果を数値で認識する事ができると期待と不安でいっぱいの様子でした(\*^\_^\*)

体組成測定会は年間4回実施を計画していますのでぜひ、次回の測定会に参加して下さいね♡



## VIPRエクササイズ

志段味スポーツランド初登場のエクササイズは大好評をいただきました\(^o^)/

「楽しかった」、「ストレス解消になった」等のご意見をいただき、本当に嬉しく思います♡

普段使わない筋肉をみっちり指導しました♪

VIPRは最近メディアでも取り上げられるようになってきたNEWエクササイズです！志段味スポーツランドでは毎月2回実施をしていきます！ぜひ、一緒に汗を流しましょう(^o^)



## 5月の競技場・庭球場大会利用一覧♪

### ☆競技場☆

5/21 (日) 第8回昇和会道場対抗試合

5/28 (日) 第71回愛知県高等学校総合体育大会 名古屋北支部予選会



### ☆庭球場☆

5/ 3 (水) スプリングダブルスジュニアテニストーナメント

5/ 4 (木) スプリングダブルスジュニアテニストーナメント

5/11 (火) 第36回ブルースカイ杯 予選大会

5/12 (土) 第36回ブルースカイ杯 予選大会

5/14 (日) 平成29年度 守山区ソフトテニス大会

大会開催日は  
駐車場が混雑する恐れがあります。  
ご迷惑をおかけしますが、  
ご理解ご協力の程お願いします

