



# こやのエンジョイくらぶニュース 平成22年9月号

(ホームページアドレス) <http://koyano-ec.jimusho.jp>

TEL: (6662) 9500 FAX (6662) 9501

クラブハウス開設日 火曜日・木曜日 12:00~16:00 土曜日 10:00~16:00

発行元:こやのエンジョイくらぶ広報部会

## 10月からの年度登録料についてのお知らせ

4月から半年が過ぎ、10月からのご入会は年度登録料が減額になります！

	会員種別	年度登録料 (含む保険)	備考
単年度	一般会員	3,500円→ <b>2,000円</b>	
	シルバー会員 (75歳以上)	2,500円→ <b>1,500円</b>	
	ジュニア会員 (中学生以下)	2,500円→ <b>1,500円</b>	
	ファミリー会員	2人1組 5,000円→ <b>3,000円</b>	追加1名 1,000円→ <b>500円</b>

(H22.10.1~)

会員のみなさま！

ご家族、ご友人、そしてご近所の方に、ぜひ、「こやのエンジョイくらぶ」をご案内ください。よろしくお願いします！

「こやのエンジョイくらぶ」は、会員のみなさまの会費で運営しています。たくさんの方のご入会をお待ちしております。

# スポーツフェスタ2010

10月3日(日)に開催する、こやのエンジョイくらぶイベント「スポーツフェスタ2010」は、オリジナルプログラムの無料体験の他、今回初めて体験会を実施するプログラムもあります。

新プログラムを簡単にご紹介します！

☆ストレッチポール・・・硬めの枕のような、「ポール」を使って、背骨や骨盤の矯正をします。

☆ノルディックウォーキング・・・スキーのようなストックを持って歩きます。

(通常のウォーキングより30%も高いカロリー消費率が実証されているそうです。)

☆スポーツ吹矢・・・腹式呼吸で腹筋を使い、姿勢を正して思い切り吹く、奥の深い競技です。

**スポーツの秋、いろいろなプログラムにチャレンジしてみましよう！**