

催し

## 今年の夏はちょっと違う！ 骨盤矯正ヨガ&アクアビクス 参加者募集

### ◆今年の夏のB & G海洋センタープールはひと味違う！

今、注目されている“骨盤”！骨盤の歪みを整えることによって人間が本来もつ正しい姿勢と骨格を取り戻すことができます。

また、骨盤の歪みを直すことによって脂肪を貯めやすい体質が改善されるためのダイエットの効果も抜群です。

### ◆骨盤を整えアクアビクスで脂肪燃焼！

アクアビクスでは水中で全身運動を行います。水の抵抗を使って筋力アップ、浮力を使ってリラックス・・・いいこと尽くめの骨盤矯正ヨガ&アクアビクスでこの夏は決まりです！老若男女、どなたでも大歓迎です。

### ◆日程

7月		8月	
火曜日	土曜日	火曜日	土曜日
27日	24日	3日	7日
	31日	10日	21日
		17日	28日
		24日	

### ◆時間（矯正ヨガ30分・アクアビクス30分）

火曜日 午前10時30分～11時30分

土曜日 午後5時30分～6時30分

※全日程10回のエクササイズです。ご自分のスタイルに合わせて、参加パターンを選択することができます。

### ◆インストラクター

吉福教子先生

### ◆申込要件

アクアビクスはココカラ会員でないと参加できません。

※骨盤矯正ヨガのみは、会員でない方も参加できます。

### ◆受講料

1回 700円

※ココカラ会員の方で、骨盤矯正ヨガのみ参加希望の方は1回500円です。

### ◆会費

ココカラ未加入の方は年会費（2,000円～3,000円家族割引あり、保険料を含む）を添えて入会をお願いします。

### ◆参加対象者 中学生以上の老若男女

### ◆場所

周防大島町B & G海洋センタープール（西三浦）

### ◆持参するもの

タオル、水着、水泳キャップ、会員証

※矯正ヨガのみ参加の方は水着は不要です。

### ◆問い合わせ

NPO法人ココロとカラダ健究会事務局  
（周防大島町B & G体育館内）

☎080（1919）1857

■ **囲碁大会**  
■ **日時** 6月27日(日)  
正午～  
■ **場所** 大島文化センター  
■ **参加費** 1000円  
※当日会場にて徴収します。  
■ **申し込み・問い合わせ**  
6月20日(日)までに次の世話人まで申し込んでください。

☎0820(74)3605	久賀 吉田	☎0820(78)0368	東和 岡本	☎0820(77)1712	橘 正久	☎0820(74)5277	三浦 平元	☎0820(76)0493	沖浦 歳谷	☎0820(74)4134	屋代 岡野	☎0820(74)3668	小松 江藤
---------------	-------	---------------	-------	---------------	------	---------------	-------	---------------	-------	---------------	-------	---------------	-------

## MASAKIバイオリンコンサート

横浜生まれ、シドニー育ちのバイオリニスト、作曲家のMASAKIさんによるバイオリンコンサートを開催します。

◆日時 7月11日(日) 午後2時～

◆場所 大島文化センター

◆入場料 一般：前売1,500円、当日2,000円  
中学生以下：前売1,000円、当日1,500円

◆主催 NPO法人周防大島ふるさとづくりのん太の会

◆後援 町教育委員会、町文化振興会

◆問い合わせ NPO法人周防大島ふるさとづくりのん太の会 ☎0820（74）2150

## 劇団風の子九州

### 痛快活劇「なんなんなんでマン」

◆日時 7月25日(日) 午後1時30分～

◆場所 蒲野農村環境センター

◆観劇料 一般：前売500円、当日700円  
※中学生以下：無料

◆主催 NPO法人ココロとカラダ健究会

◆後援 町、町教育委員会

（この事業は町の子育て支援イベント開催業務の委託を受けて実施するものです。）

※イベントのボランティアスタッフを募集しています。

◆問い合わせ NPO法人ココロとカラダ健究会  
☎080（1919）1857