

2018年

# 4月 イベントスケジュール

ネオ・サミット茅ヶ崎のイベント情報です。ご見学やご来館時の参考にどうぞご利用ください

日	月	火	水	木	金	土
1	2 茅ヶ崎体操 プチお花見	3 アンチエイジング 美食会	4 プチお花見 ★いきいき ピクス	5 茅ヶ崎体操 プチお花見	6	7 ★シルバー 体操
8	9 茅ヶ崎体操	10 アンチエイジング カラオケサークル	11	12 茅ヶ崎体操 茶話会	13 編み物教室 ★のびのび 運動	14
15	16 茅ヶ崎体操	17 アンチエイジング	18 ★いきいき ピクス	19 茅ヶ崎体操	20	21 ★シルバー 体操
22 アマトリートメント	23 茅ヶ崎体操	24 アンチエイジング カラオケサークル	25 編み物教室	26 茅ヶ崎体操	27 ★のびのび 運動	28
29 地引網& バーベキュー	30 茅ヶ崎体操	※スケジュールは諸般の事情により、開催日時等の変更や休講になる場合もありますので、 予めご了承願います。詳しくはお問い合わせください。				

## サミット倶楽部会員募集中！

初回体験無料  
2回目以降 1回 1,000円 (税込)

ご入居者以外の方もお気軽に参加していただくことのできる「サミット倶楽部」。ネオ・サミット茅ヶ崎にプロの講師をお招きし、ご入居者の方々と一緒に楽しく学べるカルチャー倶楽部です。現在会員を募集しております。ご一緒に楽しい時間を過ごしてみませんか？ぜひお気軽にご予約＆ご参加をお待ちしております。(★マークがサミット倶楽部です。)

### いきいきピクス



14:30~15:15 講師：左海裕子先生  
軽快な音楽やリズムに合わせて体を動かし、脳の活性とストレスを発散。楽しみながらできる介護予防運動です。

### シルバー体操



14:30~15:30 講師：森川すみえ先生  
体力の維持や向上を目的として、バランスボール、セラバンド等を使用した体操です。また認知症の予防とした「脳トレ」も行います。

### のびのび運動



14:30~15:30 講師：松本いずみ先生  
ピラティスの呼吸をとりいれながら、ゆっくりとしたリラクゼーションも兼ねて楽しく運動をします。

## ●お問い合わせ＆お申し込みは

フリーダイヤル 0120-72-3310

【個人情報の取り扱いについて】当社が収集した個人情報は、問合せに対する回答や確認連絡、イベント情報についてのご連絡を目的に必要な範囲で利用します。当社は、お客様の個人情報を第三者に提供することはありません。お客様の個人情報の開示・訂正、追加又は削除は、お客様ご自身で「ネオ・サミット茅ヶ崎」までご連絡ください。