

2020年1月スケジュール表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8 バレトン 10:30~11:30 認定こども園こじか	9 認知症予防 脳の健康教室 ① ② ③ 大野ふれあいセンター	10	11 女性のためのヨガ 10:00~11:30 ★ 鹿嶋市まちづくり 市民センター
12	13	14	15	16 認知症予防 脳の健康教室 ① ② ③ 大野ふれあいセンター	17 バレトン 19:30~20:30 認定こども園こじか	18
19	20	21	22 バレトン ★ 10:30~11:30 認定こども園こじか	23 認知症予防 脳の健康教室 ② ② ③ 大野ふれあいセンター	24	25
26	27 完全予約制! アジュール鹿嶋さまにて ランチ会、開催 ♪会員様には、特典あり	28	29 女性のためのヨガ 10:00~11:30 ★ 鹿嶋市まちづくり 市民センター	30 認知症予防 脳の健康教室 ③ ② ③ 大野ふれあいセンター	31 バレトン 19:30~20:30 認定こども園こじか	

① 9:10~10:00
② 10:10~11:00
③ 11:10~12:00

▶▶ CHECK!

アジュール鹿嶋さまにて、月に一度のスペシャルランチ♪

ゆったりとした会場で、いつもよりちょっと贅沢なランチを！
お子様と一緒にママ友ランチも安心してお楽しみいただけます。
1/27(月) 12:00OPEN 予約時に、お肉かお魚を選んでね
¥2,200(税込) ※ペンギン会員特典価格。特典持ち参
詳細、申込はコチラから

電話番号 0120-616-288

▶▶ EVENT!

新年明けましておめでとうございます
今年もよろしくお願ひいたします

**女性のためのヨガ(1/11、1/29)は、
90分間です!!**

今年も、3月15日(日)
ウルトラマラソン自転車サポートメンバー募集中♪
詳しくは、お問い合わせください!

—ヨガ教室の参加方法— —バレトン教室の参加方法—

- 初回 1,000円
- 会員 1,000円
- 非会員 1,300円
- 初回 500円
- 会員 500円
- 非会員 800円

★託児の方は、事前連絡おねがいします。
会員の方は会員証提示。
※教室の問合せ:担当▼

TEL:090-8763-4624 にショートメッセージを送る。

※レッスン中などにより、すぐに返信できないこともありますのでご理解ください。

※会員制度の詳細については別紙にてご連絡

★マークの教室はペンギン kids タイムの日!

- 開催日5日前までに要予約
- お子様お一人 500円(回数券利用可能)
- 利用できるお子様の年齢については問い合わせください。
- ※20分前までには開場入りお願いいたします!

問合せ

NPO法人ファーストペンギンネットワーク ☎090-8763-4624
<https://www.first-penguin-net.com>



ファーストペンギン
ネットワーク



協賛

宮中グリーンホーム/ KUMON 荒野台教室・平井教室/アジュール鹿嶋ウエディングハウス/アントラーススキンケア
Fuda hair omuni salon/美容と健康のお店 セレブ/内野鍼灸整骨院/カイロプラクティック fun