

フィットネスクラブ
ビクトリアハーツ情報誌

HEARTS 2019.3vol. 22 PAPER

3月のお得さんデー
★24日★

- 会員外利用500円
- SOIN/ご利用の方
ハーブティー2包プレゼント
- 体組成測定
7回200円
- ストレッチ300円
- ソニックス100円
- 水素水がお得かも!?

3月21日(木・祝)

ビクトリアプレミアムグループデー

参加方法

会員外の方と一緒に参加可能です。
会員様のみの参加は出来かねます。

参加特典 プレミアムチケット

プレミアムチケット

1. **新** 体組成測定1回無料
2. ストレッチ1回無料
3. ソニックス1回無料
4. メダリスト1杯無料
5. 時間外利用(1回無料体験)
6. ソワン施術1回無料(10分)

超目玉特典!!!



ビクトリアハーツスタッフ今年の漢字

翔

仕事でもプライベートでも
翔けるようにと思い、この
漢字にしました。

山下 勝彦

2019年は氣を引き締める、
気持ちを高める、氣を利かす。
の意味を込めてこの漢字にしま
した。

氣

今林 桃華

休館のお知らせ

3月21日(木・祝)
ビクトリアハーツプレミアムグループデー
※詳しくはポスターにて

その為、3月6日(水)に
振替営業を行います。
※18時までの営業

第13回

まえばらリハビリクリニック杯 水泳記録会



がんばりました!

掲示板

- ・プールから上がった際は、しっかり体を拭いてから更衣室へお願いします。(プールに繋がる廊下が濡れてしまい、滑りやすくなります。)
- ・ジム、更衣室、プール等での通話や運動中のメール、LINE等のご遠慮下さい。

スタッフのつぶやき



野入 公平
マラソンも終わり少しずつ筋トレで「体を絞る」時期に突入しました。(自称)筋肉量を上げ、脂肪を落とす! トレーニングに合わせて現在「HMV」を飲んでます。これは必須アミノ酸のひとつ、ロイシンに特化したサプリメントですが…なかなかお腹が回みません。あんまり見ないでください。



稲田 真衣子
3月は高校入試の月です。私がいつも思い出すことは、「11時までに連絡がこなかったら合格だよ」と担任から言われていたのに起きたのはなんと11時半でした。合格していたか落ちていたかも分からなかったのが学校に確認したら無事受かっていました!そしてまた寝ました。(笑)



梅北 祥子
今年のバレンタインデーをとっても楽しみにしていました。理由は、星野さんがガトーショコラを作ってきてくれると思っていたからです。しかし、ありませんでした。でも山登りに行った時は、おにぎりやサンドイッチを作ってきてくれました。とても嬉しかったです。食べ終わったあとに、「おてふきでした」と出されました……。



山下 勝彦
1年ほど前からイカ釣り通称「エギング」が私の趣味のひとつです。休日になると友人と一緒に、串木野の海や阿久根の海などでフィッシングします。釣れない時の方が多いですが、友人たちとわいわいしながら海に糸を垂らすだけで、とても充実した休みを味わうことが出来ます。鹿児島に生まれて良かったー!!!!



星野 梨耶
私は小学校3年生の頃にバレーを始めてからずっとショートヘアだったので今、一番長いです。結ぶと楽ですが、シャンプーやドライヤーに時間がかかると感じてきました。ショートに戻るのもそろそろかなあと思っています……。



松崎 翔舞
娘が産まれて4ヶ月。先日妻のお母さん、親戚の方からお雛さまやベビーカーなどプレゼントとして買っていただきました。今後、いろんな行事やお祝い事など楽しみがたくさんあると思うのでとてもワクワクしています。



今林 桃華
私には2つ上の姉がいます。「笑った顔がそっくりだね」とよく言われますが、昔はケンカばかりでひどい時は半年ほど口を利かない時期もありました。そんな私たちも大人になり、今では何でも話せて頼りになる友達みたいな姉です。



籾本 桃花
ショートカットにしてから皆様にこっちの方がいい! 似合うと言っていたけど好評なのですが…個人的には実はあまり気に入っていません。やってみたかったショートカットですが人生最初で最後だと思えます。頑張って伸ばしたいと思えます。



道添 志帆
最近お母さんとよく UFO キャッチャーに行くことが多いです。欲しいのがあると昔は取ってと言われていたのですが、今は自分で取る事が多く、覚えのないぬいぐるみが増えています。ほとんどが犬のおもちゃになりつつあります。



坂下 久美子
またまた息子の話ですが…先日スーツを買いに「スーツの〇〇」に行きました。お店の方に聞けば間違いないと思って形や種類などすべて任せました。店員さんに「一緒に私服はどうですか? 8割の方がお守りがわりに買っていかれますよ」と勧められましたが、買いませんでした。でも内心は買った方が良かったのかなと思ったりしています。



室屋 恵美
最近、1歳7ヶ月になる娘に自我が芽生えてきました。自分で食べる! このスプーンじゃない! この服が着たい! などなど…。トイレも自分で教えてくれて、なんと先日、う〇ちも出て私は大喜び! 手におえない~と思うこともありますが、笑ってくれたらそれでプラスです♥