

フィットネスクラブ
ビクトリアハーツ情報誌

HEARTS

2019.8vol. 27

PAPER

8月のお得さんデー
★25日★

- 会員外利用500円
- SOIN1ご利用の方
ハーブティー2包プレゼント
- ストレッチ300円
- ソニックス100円
- 水素水がお得かも!?

8月の休館のお知らせ

10日(土) ビクトリア 夏祭り

※天候により延期になった場合は、11日(日)も休館になります。

13日(火)

14日(水)

15日(木)

お盆休み

誠心会グループ夏祭り

- 8月3日(土) 青松園
- 8月10日(土) ビクトリア
- 8月17日(土) ゆのもと記念病院
- 8月24日(土) 光の海
- 8月31日(土) 佑心会
- 9月7日(土) 光里苑



8/1 THU ▶ 9/30 MON

夏の入会金無料 キャンペーン

入会特典あり是非ビクトリアハーツへ!

暑い夏はビクトリアで爽やかな汗を流しましょう!

掲示板

・ビクトリアハーツをご利用される際、隣のクリニック内からハーツにつながる通路(ドア)はご利用できません。ハーツの玄関から入退館をお願い致します。

・ビクトリア敷地内の下図の一方通行の斜線部は車との接触の危険性がある為、歩行者は通行できなくなります。



8月12日(月) 13時までの営業

〈第一スタジオ〉

- 10:15~10:30 ストレッチ
- 10:40~11:20 筋コン
- 11:30~12:00 ダンスエクササイズ

〈第二スタジオ〉

体力測定 (随時行っております)

当日は全コースの会員様がジムやスタジオレッスンをご利用できます!

※プールのご利用は8月11日(日)までとなります。

12周年イベント開催!

8月10日(土)はビクトリアの夏祭り!

今年もスタッフがダンスをします!
各ブースの売り子さんもしています!
たくさんのご来場お待ちしております!

スタッフのつぶやき



野入 公平

福岡マラソンにも落選。出水ツルマラソンにエントリーしました。これは走れそうです。小学生の頃持久走大会で「5番以内だったらなんでも買ってやる」と言われて5番でした。当時は5番以内は4番までと言われてスルーされましたが目標って大切ですね。いまだに根に持っています...



稲田 真衣子

私の使っている枕が合わなくなってきたのか最近ずっと首が痛いです。それと変な夢をよく見るようになりました。MY枕はずっと前から欲しかったのですが、本気で買おうか悩んでいます。



梅北 洋子

7月に入り家のお米がなくなったのをきっかけにお米抜き生活をしている梅北です。順調に脂肪が落ちていましたが、久しぶりに外食で白い米を食べるととまらなくなりました。脂肪は増えましたが、やっぱり私はゴリラではなく日本人でした。



山下 勝彦

夏がくると思い出す、数年前の台風で家の山の木が数本も倒れてきたこと。夏がくると思い出す、高校の頃熱中症になりながらホッケーをしたこと。夏がくると思い出す、ビアガーデンの一杯目のビール旨さ。今年はどうなるのか楽しみです。



星野 梨耶

先日、熊本県の幣立神社と上色見熊野座神社と八角トンネルに行きました。熊本県はわりと観光しているつもりでしたが、どれも聞いたことがなく、初めて行きました。雨上がりに行ったので写真で見るとさらに神秘的でジブリのような世界観でした。また行きたいと思います!!



松崎 翔舞

先日、運転免許証更新の案内が届きました。最後の違反がH26.11.24で速度20kmオーバーでした。それから5年間は違反などありませんので、今後も延ばしていけるように注意して運転していきます。



今村 桃華

7月18日で祖母が傘寿を迎えました。久しぶりに家族3世代集まり、食事をして、アルバムを見ながら昔話に花を咲かせました。喜んでいる祖母を見てホックリ。とても素敵な時間を過ごせました!



篠本 桃花

もう夏ですね。楽しい楽しい夏を待っていました。夏祭りにも、海にも行きたいし...と浮かれています!! 何より好きな人と過ごす夏! ずっと憧れていました。ついに私にも素敵な夏が!...と言いたい所ですがまた今年も浴衣はタンスの中に眠っています。



道添 志帆

暑い日が続く、アイスやかき氷・麦茶・そうめんなど冷たいものを手に取る日が多くなってきました。買い物に行くとき必ずどれか一つは買ってしまいます。まだ麦茶は良いのですが、アイスなど摂りすぎないように気を付けていきたいです。



坂下 久美子

数年前に購入した寝室のエアコンの調子が悪くなりました。6畳の部屋を閉め切っているのに設定温度を25度にしても全然涼しくなりません。では24度でいいんじゃないか?と思われそうですが、それでは気持ちが寒くなってしまいます。やはり故障でしょうか...



室屋 恵美

7月末で娘が2歳になりました。おしゃべりも上手になり、家では4歳の兄と「〜ね〜♥」と会話をして微笑ましい姿も見られます。しかし、人見知りの娘は慣れない人の前では無表情...。それか眉間にシワをよめます。お会いして甘をとばしたらすみません。