

フィットネスクラブ
ビクトリアハーツ情報誌

HEARTS PAPER 2022. 12vol. 66

【年末年始営業のお知らせ】

12月29日(木) 13時までの営業
※特別レッスンを行います。
※送迎バスは12:00です。

12月30日(金)
1月4日(水) } **休館日**
1月5日(木) 通常営業

※プールの利用は、27日(火)までとなります。

29日(木)は、アクアコース含め全コースジムをご利用できます。

new staff

11月から勤務して
います。
木田海聡(23)です。
皆さんの名前を早く
覚え、いろいろなお話
もたくさんさせてい
ただきたいです!
よろしくお願いいたします
します!



きだ みさと
木田 海聡

募集中!

ビクトリアに通い始めて良かったこと
など、みなさまの声を募集しています。
匿名でも可! 1階の階段前にアンケ
ートBOXを設置していますのでよろ
しくお願いいたします!

【12月レッスン表】

〈プール〉

火・金 14:30~15:25
1コース→2コース使用

12月より・・・
貸しスタジオの利用を
再開します!

2022年ラストレッスン



12月29日(木)
10時20分開始

90分間の筋コン&エアロ
※途中休憩あり

2023年

1月31日(火)まで

入会金無料

VICTORIA

HEARTS

スタッフのつぶやき
びくとあはーつ



台風で荒れた畑をやっと整備しました。そら豆、枝豆、白菜、ブロッコリーなど沢山の種まき。収穫が楽しみです。こどものリクエストでチューリップも植えました。今はマリーゴールドが満開です。畑がきれいだとホッとします。以上、野入農園から中継でした!!



しりとりにりす・すずめ・めだか・かもめ・・・私の一人しりとりの始まりはこの順番です。みなさんの一人しりとりの始まりはどんなでしょう?一人しりとりに飽きたら、たまにSiriとしりとります。ダジャレではありません🍀



伊集院に牛丼屋がありません…こんなに焼肉屋さんや定食屋さんはあるのに、すき屋・吉野家がないのはなぜだろうと考えていました。いつかできるであろうと期待しているのですが、10年経ってもできません。なぜでしょう…?



約3年ぶりに開聞岳に登りました。登山開始時間は午前4時半。霧島連山に比べて南の方なので暖かと思いきや…山頂はとっても寒かったです。無事に朝日は見れましたが、やはり開聞岳はきつかったです…しかしまた登ろうという気持ちになるのはなぜでしょう…



10月の終わり頃から実家で子猫を飼い始めました。目がクリクリで毛がフサフサのとても可愛い女の子です。猫好きの私は何時間遊んでも飽きないのですが、やんちゃな子なので私の手は傷だらけです。あつという間に大きくなるので子猫のうちにたくさん動画や写真を撮りたいと思います。



みなさんはポイントカードをどのくらいお持ちですか?私はけっこうな数持っていますが、よく行くスーパーはポイントが貯まるとお買い物券がもらえたりします。先日、あまり行かないところで一年間利用しなければポイントを全て失うという危機にあってしまいました。切れる前日に慌てて買物をしました。



寒くなってきたので、温活グッズが気になりますね。私のお気に入り、"玄米カイロ"!米ぬかや粗塩などが入っていて、レンジで温めるだけ。ほんわかして、とても気持ちよく、癒されます!