

7月もISCで運動しよう！
お得で楽しいイベントがいっぱい

セタウィーク！ スタンプラリー

7月1日(木)～14日(水)

トレーニングルーム
プール・レッスン
利用無料券を
各7名の方々に
プレゼント!!

期間内に、トレーニングルーム、プール、レッスンのうち2ヶ所を利用しよう！2ヶ所利用(1日にスタンプは1回)し、応募して下さった方の中から抽選で個人利用無料券(トレーニングルーム・プール・レッスン)を各7名様様にプレゼント!

セタウィーク！ ISC特別織姫彦星レッスン開催!!

7月5日(月)～9日(金)

はじめての方でも安心の内容です★気持ち良く汗を流し、楽しく身体を動かしましょう！セタウィーク以外にも、プールレッスンやアロマヨガなど特別レッスンがもりだくさん★詳細はレッスンカレンダーをご覧ください。

参加費
410円チケット
もしくはフリーパス

5日(月) 12:05～12:35 かんたんエアロ 担当:長瀬&日野
8日(木) 12:20～12:50 たのしくヨガトレ 担当:菊田&木下
9日(金) 21:10～21:40 たのしく筋トレ 担当:越原&坂倉

TOKYO2020記念イベント オリンピックの記録を近くで実感しよう★

7月15日(木)
～8月4日(水)

オリンピック開催期間に、オリンピック選手にまつわる記録などをトレーニングルームに掲示します。オリンピック選手を身近に感じることでスポーツや、スポーツ観戦がもっと楽しくなる!



ライトダウン

6月21日(月)
7月7日(水)

館内のライトダウンを行います。
ライトダウンキャンペーンとは、地球温暖化防止のため、ライトアップ施設や家庭の照明を消して、二酸化炭素削減を目的とする環境省のキャンペーンです。6月21日(夏至)と7月7日(クールアースデー)の両日20:00～22:00実施いたします。

