

地域サロン担当者様へのお役立ちプラン

1day! 「ワクワク市場」《健康セミナー&軽運動+食事・温泉付》

☆かじかコース 送迎バス 2,980円 (税込)

【コース内容】3つの中から選べるレクリエーションコース

1. みんなが知らない! 腰が曲がる原因は「足の指」そのトレーニング法
2. ヒザ、腰の痛みを解消するプロ技の簡単テーピング
3. 過去100回実施の中で人気NO.1の「認知症予防」



かじかコースお食事

※写真はイメージです。

【スケジュール】

健康セミナー or 軽運動 (約1時間) ⇒ お食事 (約1時間) ⇒ レクリエーション (約45分) ⇒ 温泉

【ワクワク大学スケジュール】

11:00~12:00	健康セミナー or 軽運動
12:15~13:15	食事
13:30~14:15	レクリエーション
14:15~15:30	入浴 or 無料入浴券

1. 足の指トレーニングが若さをつくる!



2. 腰の痛みにはテーピングで



講師よりひと言

「1時間で5回は笑ってもらいます♪」

錦パレスで



3. 人気NO1レク! 認知症予防



無料送迎バスで往復が楽々

無料駐車場 33台分完備



5名さま〜
岩国市北部
錦町・美川町・
本郷町・美和町

岩国市北部

広島県廿日市市

15名さま〜
廿日市市・大竹市

広島県大竹市

岩国市南部

山陽自動車道→岩国インター下車 45分
中国自動車道→六日市インター下車 20分

HPからチラシをダウンロード!



そうづ峡温泉 錦パレス

10名さま〜
岩国市全域・
周南市・下松市
島根県吉賀町/六日市・
七日市・柿木村

周南市

下松市

受付時間 8:00 ~ 20:00 年中無休

0827-73-0211

「ワクワク市場のチラシを見て」とお伝えください。

そうづ峡温泉 錦パレス

山口県岩国市錦町深川 3213-2