

# Pinos Friend

ピノスフレンド

2019  
JUNE  
6月号  
毎月発行の会報誌

PINOS NEWS  
知っとク  
ピノス

## マシンジムリニューアル情報

### リニューアルコンセプト「ほぐす・鍛える・使える」

6月2日(日)よりマシンジムがリニューアルオープンします。マシンの配置を変更し、ほぐすゾーン、鍛えるゾーン、使える身体作りゾーンと分けてレイアウトを予定しています。また、ほぐすゾーンでは、コンディショニングスペースを作り、人工芝を敷きストレッチ、器具を使ったトレーニング、自重トレーニングができるようになります。コンセプトでもある「ほぐす・鍛える・使える」を実践することで、より日常に近い運動ができ、健康に近づきます。

ご家族・ご友人の方 ⇒ **優待券**(1,500円税込)でご利用できます。

キッズスクール保護者の方 ⇒ **保護者限定プラン**の月4登録がオススメ!

※一ヶ月に4回好きな時間にご利用できます。月会費5,000円(税抜)

この機会にぜひ一度ご利用ください。



FITNESS LESSON  
フィットネス  
レッスン紹介

はじめての

## 四泳法!

「昔、学校で習ったけど息づぎがかわ  
できないのよね～」

「クロールは泳げるけど、平泳ぎや  
背泳ぎ、バタフライも挑戦したい!」

★一ヶ月ごとに  
種目が変わります。

◆火曜日...11:30~12:00

◆水曜日...15:30~16:00

◆金曜日...20:15~20:45

楽しく enjoy♪enjoy♪  
★ 泳ぎましょう♪



KIDS SCHOOL  
わくわく  
キッズスクール



ピノスキッズスクール  
春の遠足

『琵琶湖博物館』へ  
行ってきました。

4/21  
日曜日

今回は、博物館の中を皆で力を合わせて、  
クイズラリーをしました。大きな子と小さな子が  
仲良くなり、たくさんのお友達ができて、  
楽しい1日を過ごすことができました。

