



中日新聞有松専売店 山口新聞店
中日新聞有松南専売店 こんだ新聞店
中日新聞桶狭間専売店 安藤新聞店

<http://arimatsu-camcam.com>

9月号 ご紹介

キャンパス教室

キャンパス2F
緑区有松 1512 番地

ヨガ・ピラティス・スローエアロビック

無料で体験してみませんか

各教室につき1回体験できます!!

色々な教室覗いてみてください

場所
キャンパス2F

月3回 火曜日
西田佳世先生
【ベーシックピラティス】
13時30分～14時30分
インナーマッスル強化、姿勢改善に焦点を当て、ケガ予防やリハビリにも効果的です。
月謝 新聞購読 4000円 未購読 5000円



第2&第4 水曜日
河井貴子先生
【スローエアロビック】
10時30分～11時20分
『頑張りすぎず、気持ちよく動く』を大切に。音楽に合わせて簡単なステップを踏み、有酸素運動を行います。月謝 新聞購読 2000円 未購読 3000円

第1&第3 木曜日
河井貴子先生
【ベーシックヨガ】
10時30分～11時20分
季節に合わせて、身体のリズムを整えるヨガです。難しいポーズはせず、簡単にできる内容です。ヨガ初心者の方もOKです!
月謝 新聞購読 2400円 未購読 3400円

月3回 木曜日
平光七奈先生
【やさしいリラックス夜ヨガ】
19時～20時
始めての方、身体が硬いという方もOK! 季節に合わせ、アロマの知恵で身体と心を調え、緩めます。
月謝 新聞購読 3500円 未購読 4500円

第2&第4 木曜日
日比志保先生
【木曜ピラティス】
10時30分～11時30分
インナーとアウターをバランス良く動かし、身体の使い方を知り、より動きやすく疲れにくい身体を作ります。
月謝 新聞購読 3000円 未購読 4000円

月4回 金曜日
川井恵里子先生
【すっきりリフレッシュヨガ】
10時～11時
自分の体を好きになる☆をクラスのモットーに運動が苦手な方でもOK! セラピストとしての知識も交えて体をたっぷりとほぐして動ける体づくりをしていきます。
第2&第4 山守茉莉子先生
ヨガの呼吸やポーズを丁寧に行いながら季節に沿った食養生の話も交えつつ、身体と食の両面からサポートします!
月謝 新聞購読 4000円 未購読 5000円



お申し込み・お問い合わせ

キャンパス

お待ちしています
山口新聞店まで

TEL 052-621-1848 緑区有松 1512 番地

プレゼントコーナー

毎月 クイズ1 3択クイズ
問題 7月号 紹介は?

A. キャンパス教室 キャンパス教室

B. サンクス教室

C. 散髪 今日 行く

締め切り
9/20 必着



抽選で
マジックソープ



マジックソープは
1本で顔も体も洗
えるオールインワ
ンオーガニック
ソープ

2名様に
プレゼント!

クイズ2 《6・7・8・9月号合同》

問題 空白に言葉を記入して、ことわざを完成させてください。

例 をたたいて渡る 答え 例 石橋
① 噂をすれば
② 海老で を釣る
③ の下の力持ち
④ 鬼に
⑤ 溺れる者は をもつかむ

例	石橋
①	
②	
③	
④	
⑤	

お待たせしました クイズ2 の問題です
6.7.8.9月号で、漢数字を含んでいる解答
をすべて記入ください

締め切り
9/20 必着

抽選で



包丁
シャープナー
2名様に
プレゼント

★ハガキに記載事項を記入してお送りください。★ホームページ有松 camcam から応募ください。

〒458-0924
名古屋市
緑区有松1512
山口新聞店
camcamプレゼント係

●クイズ①の答
●クイズ②の答
●商品名
●住所
●氏名
●電話番号

応募方法

有松カムカム→ 検索!

トップページ→
プレゼント応募フォーム

R8.8月号クイズの答え A折板ガレージ

