

ゆうふる通信

2020年
12月号

vol.174

発行: ゆうふるtanaka

～ご予約承り中～

ゆうふる謹製

要予約



おせち

〇 極(きわみ) 2人前 10,800円(税込) 質重視 30セット

〇 スタンド 3~4人前 10,800円(税込) 50セット

こちらもおススメ!! ● 年越しオードブル 5人前 5,000円(税込)

● お刺身盛合せ 2~3人前 3,000円(税込)

詳しくは、館内POPにてご案内!

ご予約はお早め!!
12月20日(日)までとなります。
ご予約は
フロントにて承ります♪

売店オススメ商品

東御市にあるワイナリーです。

コクがあり飲みやすい赤ワインです。

年末年始のお料理と一緒にいかがですか?

シクロヴァンヤード
アマンダメルロー(赤)

3,370円(税込)



希少です!!

ゆうふるtanaka年末年始営業スケジュール

※12月31日(木)は通常の営業時間と異なりますので、ご注意ください。

※おせち料理をご注文のお客様は、お渡し時間が、12時~18時までとなります。

| | 12月30日(水) | 12月31日(木) | 1月1日(元旦) | 1月2日(土) | 1月3日(日) |
|------|-----------------------|-------------------|----------|---------|---------|
| お風呂 | 営業 | 18時閉館 | 休み | 営業 | 営業 |
| 食堂 | ランチのみ 14:30ラストオーダー | 休み おせち料理 お渡しのみ | 休み | 営業 | 営業 |
| 3Fジム | 休み | 休み | 休み | 休み | 休み |

新型コロナウイルス等、感染症予防について

- * 手洗い・アルコール消毒・マスクの着用等、一人一人が予防を心がけましょう。
- * 会話をする際は距離をおくかマスク着用を。会話の飛沫でも感染は広がる恐れがあります。
- * 体調が悪い場合は来館をお控え頂きますようお願い申し上げます。



クラスター(集団感染)の原因となる3密、特に

- ・多数が集まる《密集》場所
- ・間近で会話や発声をする《密接》場面

は個々人の心がけでも十分減らすことができます。



ゆうふるお手軽トレーニング講座♪

マシン名: バイセツプスカル

使い方

1. 重さを設定する。
2. マシンのベンチに座り、パッドに肘を置き手のひらを上に向けてバーを握る。
3. 腕の筋肉を意識しながら、肘を曲げゆっくり重りを上げる。
4. 上げた状態で停止し、ゆっくり肘を伸ばす。

部位: 二の腕(上腕二頭筋)

効果: たくましい二の腕

引き締まった二の腕

10回ギリギリの重さで
チャレンジしよう!!



お願い

歯磨きをされるお客様は、
脱衣所の洗面台を
ご利用願います。



温泉 de マルシェ

12月12日(土)
11:00~17:00

第2弾開催します!!

インボディは医療現場でも大活躍している、最新の体組成計です。

同時開催!
初めの一步チャレンジ!!

歩幅の測定を行います。
自身の身体の現状を見直してみませんか?
※詳しくは3Fスタッフまで!!



ゆうふるtanakaご利用の方は、
どなたでもご利用頂けます。

実施期間: 12月1日(火)~12月29日(日)

期間中は...

20代・40代の方限定で

1回800円がなんと1回400円でご利用頂けます。

詳しくはフロントまで!

次回休館日 12月9日(水)



千曲川温泉
ゆうふるtanaka
しなの鉄道田中駅前
0268-63-3715
営業時間: 10:00~22:00
(定休日: 毎月第2水曜日)
駐車場あり/160台
(ご利用者は8時間無料)

☆入浴券と電車賃がセット☆

しなの鉄道往復割引切符

- * お求めはお近くのしなの鉄道各駅にて。購入は駅窓口が開いている時間帯に限り。切符は事前購入が可能です。購入日から2日間有効。
- * JR区間からのご乗車の方は、JR区間の乗車券をお求めください。田中駅にて『入浴券付しなの鉄道往復切符』へ変更出来ます。
- * 割引率は乗車券1割引・入浴料100円引となっております。ゆうふるtanakaでは購入出来ませんので、あらかじめご了承くださいませ。

株式会社 信州東御市振興公社 yufuru@tomi-kosya.com

