

ひと足先にハロウィンをみんなで楽しみましょう♪

ハロウィンマルシェ開催!!

日時:10月23日(土) 11:00~16:00

場所:ゆうふるtanaka ペDESTリアンデッキおよび館内通路

詳細はフロントに掲示いたします。

3階スポーツゾーンよりお知らせ

ゆうふるで測定して自分の体をもっと詳しく知ってみませんか?

体成分分析装置

InBody(インボティ)

半額キャンペーン

実施期間:10月11日(月)

~10月23日(土)

通常料金 **800円** → キャンペーン価格 **400円(税込)**

体成分分析装置 InBodyとは?

栄養状態に問題がないか、体がむくんではいないか、バランスよく発達しているかなどを評価する装置です。

入館料は別途必要となります。

測定器についてやご予約方法など詳細はフロントへお問い合わせください。

筋力測定器

イージーテックプラス

新規導入キャンペーン

実施期間:~9月30日(木)まで

脚筋力測定 通常料金 **800円** → キャンペーン価格 **400円(税込)**

脚筋力を測るとわかること

- ★年齢と比べ脚筋力はどのレベルにあるか
- ★現在行っているトレーニングの効果はあるか
- ★体重をしっかり支えられているか など

トレーニングについて個別相談承ります

目的に沿ったアドバイスをします

☆サポートマンツーマンレッスン☆

※完全予約制※料金:1,000円(税込)/30分

初めての方やマシン使用方法が不安な方に

☆ビギナーマンツーマンレッスン☆

※完全予約制※料金:6,500円(税込)/30~45分×全5回

対応時間/対応インストラクター

月曜日 14:00~18:00/後藤

水曜日 14:00~15:00/後藤

金曜日 15:00~16:30/土屋

ご予約その他の時間についてはフロントまで。

プログラムレッスン インストラクター紹介コーナー



①山中 朗子
②心地よく♪
③ジャイロキネシス



①野中 史子
②Happy♡
③ヨガ/トータルバランstraining

- ※①氏名
- ②好きな言葉
- ③担当プログラム

- ①山崎 可菜子
- ②努力は嘘をつかない
- ③走らないエアロ/かんたんステップ/燃焼ステップ/リラックスストレッチ/トータルバランstraining/シニアバランstraining/シニアステップ

食堂よりお知らせ

ゆうふる食堂

秋の新メニュー 第2弾

10月1日(金)よりスタート♪

☆サイドメニュー

☆テイクアウトメニュー



焼うどん 550円

ゆふるカレー スパイスチキンカレー 750円

豚カツのせ 950円

きまぐれラーメン 800円

※内容はスタッフにお尋ねください。



もつ煮 400円

和風

牛すじ煮込み 500円



かつ丼 850円

※画像はイートインのものとなります。

*価格はすべて税込となります。

売店おすすめ商品



今が旬! 東御市和(栗林)産
りんご バラ売り

入荷予定品種
シナドルチェ
秋映・ふじ



品種・価格は時期により変わります。

月の後半から始めたい方に!

スポーツマン会員券 ライトプラン登場!

該当月の16日から月末までの
半月利用会費

3,820円(税込)

- ・新規登録料は別途頂戴いたします。
 - ・既存の会員の方、以前会員だった方もご利用いただけます。
 - ・現金でのお支払いに限りません。
- 詳細はフロントにお問い合わせください。

ゆうふる甲子園 結果発表

☆お客様チーム 42勝

☆ゆうふる学園 38勝

沢山のお客様のご参加
ありがとうございました。

新型コロナウイルス等、感染症予防についてのお願い

- 引き続き、コロナウイルス感染症予防対策にご協力をお願いいたします。
- *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。

皆様、一人一人の行動で
感染拡大を阻止しましょう!

10月の休館日:3・10・17・24・31日(毎週日曜休館日)

千曲川温泉
ゆうふるtanaka
しなの鉄道田中駅より徒歩1分
TEL:0268-63-3715
長野県東御市田中278-18
営業時間/10:00~22:00
休館日/毎週 日曜日
駐車場あり/145台
株式会社 信州東御市振興公社

案内図
東部湯の丸 IC南 浅間サンライン
田中 常田 国道18号
田中商店街
ゆうふるtanaka
しなの鉄道
田中駅

☆入浴券と電車賃がセットでお得☆ 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ます。切符は事前購入ができます。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割引切符」へ変更できます。
- *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では購入できません。あらかじめご了承くださいませ。

ゆうふる
公式
アプリ



Twitter
@tanaka_yufuru

