

**4** 体組成も計れます!!  
**体力測定会**  
+柳沼先生によるワンポイントマッサージ  
イーズインドアテニススクールふじみ野大原 15:15~17:15

参加費 無料

予約 不要 大人も子どももだれでも ※シューズ持参

最近運動していますか?あなたの身体はどうなっている?いくつかの指標でチェックしましょう!

やぎ鍼灸接骨院院長 元Jリーグトレーナー、IFC水上公園トレーナー。身体のごことはまかせてください!

やぎ鍼灸接骨院 柳沼拓也 先生

**5** POLA  
**ハンドトリートメント**

イーズインドアテニススクールふじみ野大原 12:00~14:00

参加費 無料

予約 不要 大人の女性 ※先着順 ※施術できる人数は限りがあります。

自分ひとりではたどりつけない肌があります。ポーラ独自の理論と手技で美しさをデザインします。

手って首段から使う大切な部分。こころを込めてトリートメントします!

ポーラ サ ビューティアー上福岡 ビューティアーディレクター

**6** **テニス体験クラス**

イーズインドアテニススクールふじみ野大原

はじめてクラス 8:30~9:00 / 9:15~9:45  
10:00~10:30 / 14:30~15:00  
経験者クラス 14:30~15:00

参加費 無料

未経験/久しぶりの方...はじめてクラス 5名  
経験者の方...経験者クラス 16名  
※レンタルラケット有 ※シューズ持参

あたたかくなったこの時期、なにか新しいことをはじめてみませんか?インドアで快適にテニス!はじめての方も経験者の方も是非、どーぞ!

後藤コーチ他 実績あるコーチ陣

テニスを通して笑顔で健康に!一緒にいい汗をかきましょう!!

**7** 新鮮野菜 金子農園  
手作りケーキ ガーランド  
**地域店舗販売展示**

イーズインドアテニススクールふじみ野大原

大人も子どももだれでも

上福岡・ふじみ野・川越の地域に根差して運営されているお店の商品を展示即売します!ぜひ、ご利用ください!

金子農園  
地域店舗販売展示販売  
金子農園 JAIのま野  
金子真弥

**8** **親子サッカー教室**

イーズ上福岡 7歳以下 15:15~16:15  
10歳以下 16:15~17:15

参加費 500円

事前申込 小学生とその保護者の方 7歳以下/10歳以下 定員あり ※シューズ持参

親子サッカーってたのしいですよー♪サッカーしたことがあってもなくても大丈夫ですよ!親子で一緒に楽しみましょう!

1FCでの指導経験を活かして、みなさんを親子で笑顔にします!

山口コーチ

**9** **親子で楽しむ運動教室**

イーズ上福岡 10歳以下 15:15~16:15  
7歳以下 16:15~17:15

参加費 500円

事前申込 小学生とその保護者の方 7歳以下/10歳以下 定員あり ※シューズ持参

運動することにより身体が丈夫になり、コミュニケーション能力や相手を尊重する気持ちも育ちます!親子で運動を楽しんでいただきます!

MLBでも活躍し帰国後は横浜ベイスターズでもトレーナーを勤め、現在はプロからジュニアスリートまで指導。

武井敬彦トレーナー

**10** **岩淵プロ テニスクリニック** 子供

イーズ上福岡 13:15~14:30

参加費 500円

事前申込 テニスを愛する子供ならだれでも 定員あり ※レンタルラケット有 ※シューズ持参

元日本代表と一緒にテニスして、一緒にラリーして、アドバイスもらって、そして挑んでください!

現役時代、全日本タイトルを9つもプロテニスプレーヤーで、男子日本代表チーム監督、YONEX所属。

岩淵聡プロ

**11** **ピラティス**

イーズ上福岡 9:30~10:30  
10:45~11:45

事前申込

体に意識を向け、日常動作のクセによって起こる姿勢の歪みを整えていきます。

ピラティスの「本来の体に戻す」というシンプルな考えをもとにレッスンします!

あやこ先生

**12** **フラダンス**

イーズ上福岡 12:45~13:45

事前申込

ハワイアンミュージックに乗りステキな時間を過ごしましょう。

HITOMI先生  
キープスマイリングと感情を手話で表現することにより豊かな心を育てます!

**13** **ヨガ**

イーズ上福岡 14:00~15:00

事前申込

呼吸にあわせて身体を心地よく動かしていきます。

心身の健康面において色々な角度から一人一人に寄り添えるレッスンをします!

美泉先生

**14** **コニ子と フリーヒットティング サービススピード測定・オートテニスマシン・フォーム動画撮影等 アトラクション**

イーズインドアテニススクールふじみ野大原 15:15~17:15

参加費 無料

予約 不要 大人も子どももだれでも ※レンタルラケット有 ※シューズ持参

**15** **フリーDEサッカー**

イーズ上福岡 11:45~12:15

参加費 無料

予約 不要

サッカーを愛する大人も子供もだれでも

サッカーしたいジュニア集まれー!みんなで集まってワイワイやりましょう!サッカーコーチと一緒にピッチで遊びますよ!

**16** **フリーDEテニス**

イーズ上福岡 12:30~13:00

参加費 無料

予約 不要

テニスを愛する大人も子供もだれでも ※レンタルラケット有 ※シューズ持参

テニスしたいジュニア集まれー!みんなで集まってワイワイやりましょう!テニスコーチと一緒にラリーしますよ!

**17** **アロマボム・スプレー:500円 それ以外は無料**  
**モノづくり教室**

イーズ上福岡 11:45~13:15

参加費

予約 不要

アロマボム・スプレー めりえ・母の日使途・折り紙

天然の香りで手作りバスボムやルームスプレーを作ります!香りのことなららせてください!一緒に癒しの時間を作りましょう!

アロマボム・スプレー つちや先生

**会場**  
イーズインドアテニススクールふじみ野大原 / イーズ上福岡

**申込方法**  
事前申し込みの抽選となります。参加費(税込500円)は当日フロントにてお支払い下さい。QRより、申込フォームにお進みいただきお申し込みください。

もしくはフロントまで **TEL. 049-267-3375**

参加多数の場合は抽選になります。  
※抽選:5月1日 ※抽選結果はご自身でご確認ください



イーズインドアテニススクールふじみ野大原

イーズ上福岡