

4月 カルチャー&アクティビティカレンダー

名前

Up Lively アクティブシニアメンバーズサロン
TEL:0774-64-7600/FAX 0774-64-7800

2024	AM10:30~12:00										PM13:30~15:00										送迎	2024					
4月																					4月						
1月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	スタッフと背中ピーン体操	C	初心者麻雀	B	歌いましょうか				C	スタッフとゆる卓球	D	卓球	D	麻雀	有	1月				
2火	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	A	ミュージックバル	+	個人ピアノレッスン	B	大人の古文	A	シニア向け背骨コンディショニング	C	パソコン講座	D	麻雀				有	2火				
3水	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	やさしいスマホ講座	+	CHECK👉 ランチでミーティング (12:15~14:00)	B	ダーツで遊ぼう (14:00~15:30)				D	麻雀				有	3水					
4木	D	麻雀			D	卓球	C	わらべ歌の会	C	脳トレタイム	D+	シアター(プチおやつ付)『百花』 (14:00~)			C	全く初めて麻雀 (14:00~)	D	麻雀				有	4木				
5金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	無料	CHECK👉 ”ウィッグ” 試着相談会 (10:30~16:00最終受付)					C	リレーカラオケ				D	麻雀				有	5金			
6土	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	無料	CHECK👉 サロン見学会 『会員様・ビジター様も遊びに来てください。ただし送迎及びランチはお休みです』										D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	6土		
7日																							7日				
8月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球		CHECK👉 お出かけ ~奈良東吉野~ 『高見の郷』 1000本の枝垂れ桜										D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	8月		
9火	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	B	葉子先生の英会話教室	C	脳トレタイム	B	楽しい朗読				C	リレーカラオケ	D	卓球	D	麻雀	有	9火				
10水	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	B	ノルディックウォーク (10:00~12:00)	C	アドバイス麻雀	C	スマホ講座				C	スタッフとゆる卓球	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	10水		
11木	D	麻雀			B	ウクレレフレンズ				C	スタッフと転倒予防体操	B	美姿勢フィットネス				C	初心者麻雀	D	麻雀				有	11木		
12金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	水彩画フリー	C	パソコン講座	C	写経フリー (14:00~)				C	歌声サロン (14:00~)	D	卓球	D	麻雀	有	12金				
13土																							13土				
14日																							14日				
15月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	無料	朝の体操 (20分)	無料	CHECK👉 みんなでお取寄せ (11:00~12:00)	B	歌いましょう歌				C	パソコン講座	D	卓球	D	麻雀	有	15月				
16火	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	B	ソングアラカルト	+	個人ピアノレッスン	C	全く初めて麻雀				C	アドバイス麻雀	C	スタッフとゆる卓球	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	16火
17水	D	麻雀			D	卓球	C	スタッフとチェアリズム	C	わらべ歌の会	B+	和の一皿 (12:00~13:00)			A	リンパ&ストレッチ	A	ピースアクセサリー	D	麻雀				有	17水		
18木	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	知って得するスマホ講座		パンでランチ (12:15~)				C	手話で歌おう	C	リレーカラオケ	D	卓球	D	麻雀	有	18木				
19金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球		CHECK👉 お出かけランチ『六盛』と『神泉苑』										D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	19金		
20土																							20土				
21日																							21日				
22月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	+	お買い物	C	スタッフと背中ピーン体操	C+	有名スイーツでティータイム (13:30~14:30)			無料	名曲 歌の扉 (30分)	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	22月			
23火	D	麻雀			B	葉子先生の英会話教室				C	リレーカラオケ	A	シニア向け背骨コンディショニング				C	初心者麻雀	D	麻雀				有	23火		
24水	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	LINE講座	C	脳トレタイム	C	CHECK👉 健康実録				D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	24水				
25木	D	麻雀			B	ウクレレフレンズ				C	全く初めて麻雀	B	美姿勢フィットネス			C	パソコン講座	D	麻雀				有	25木			
26金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	水彩画フリー	C	スタッフとゆる卓球	C+	CHECK👉 コーヒー倶楽部				D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	26金				
27土																							27土				
28日																							28日				
29月																							29月				
30火	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	スタッフとチェアリズム	C	アドバイス麻雀		笑歩クラブ「鶴見緑地公園」 咲くやこの花館 風車の丘 日本庭園				C	脳トレタイム	C	リレーカラオケ	D	卓球	D	麻雀	有	30火		

“ウィッグ” 試着相談会

前回は、少ない商品のご試着でしたが、今回は、お一人お一人のご要望に沿ったウィッグを試着いただけます。希望の色、ショート、ロングなどの個別のリクエストを予めお聞きし、商品を用意いたします。インストラクターが丁寧につけ方をアドバイスさせていただきます。

入会金が今なら **0円!** 全てのカルチャー無料体験有

入会金	月会費
22,000円 (税込)	4,950円(税込)

会員登録なしのご利用も可能です

各エリア無料送迎シャトル有!

☆ カルチャー料金について ☆

★会員様特典: 単発でご参加の場合、定価料金から **1,100円~1,650円引き** でのご利用となります。

(ビジター料金) (会員様特典)

【カルチャー定価料金】 【定価より500円引き】

A. → 4,400円	→ 2,750円
B. → 3,850円	→ 2,200円
C. → 2,750円	→ 1,650円
D. → 2,200円	→ 1,100円

(材料費別途発生する場合があります。表記例:C+)
※ビジター料金 2024年4月より改定します。

★会員様特典: 各バックコースがご利用いただけます

- ① カルチャーパック **11,000円/月**で参加し放題 (材料費別途発生する場合があります。表記例:C+)
- ② 麻雀パック **3,300円/月**で麻雀し放題
- ③ 卓球パック **3,300円/月**で卓球し放題
- ④ カラオケパック **3,300円/月**でカラオケし放題

②③④の各バックご利用の方がその他のカルチャーにご参加の場合は、定価の550円引きでのご利用となります。

＊ ライフサポート料金について ＊
- 詳しい料金表をご覧ください -

全て税込価格の表示です。