

大田黒浩一のきょうも元気!

秋の合宿バスツアー

～浩一ちゃんと健康からだづくりの巻～



運動の秋・・・みんなと一緒に「ゆ～かむ」の充実した施設の中で
さわやかな汗を流しましょう!



大田黒浩一



長船なお美



丸井純子

日時: 2017年11月13日(月)・14日(火) 1泊2日

場所: 癒しの森 ゆ～かむ (山鹿市鹿北町椎持5-2)

集合時間: 11月13日(月) 午後1時 熊本放送(RKK)本社ロビー集合

※RKKには駐車場がありません。公共交通機関をご利用下さい。

スケジュール:

■11月13日(月)

13:30 RKK出発<貸切バス>

14:45 ゆ～かむ到着

15:00～17:30 施設説明や運動プログラム

18:30～ 懇親会

■11月14日(火)

7:00～ 芝生広場でヨガストレッチ、体操(自由参加)

7:50～8:40 朝食

9:00～12:20 「とんでるワイド」公開生放送

ゆ～かむ 内で運動プログラム

ほか自由行動

14:00～ ゆ～かむ出発 途中立ち寄りスポット

17:30 RKK到着 (予定)

【運動プログラム】

- ・スタジオ・・・ストレッチ法・健康運動
- ・ジム・・・マシンの活用法
- ・温水プール・・・水中運動
- ・周辺コース・・・ウォーキング

※プログラムは予定の変更もございます。
予めご了承ください。



参加費: お一人様 **9,200円**(税込)

☆3～8名のグループでお申込みください

☆5名以上のお申込みは特別割引で お一人様 **8,500円**(税込)

往復熊本バス利用 バス代・1泊2食・保険代が含まれます。【応募者多数の場合は抽選】

郵便振替払込請求書兼受領証を郵送しますので、10月31日(火)までにご送金下さい。

尚、手数料はお客様ご負担となりますので、ご了承下さい。

※11月6日(月)以降のキャンセル、返金はできませんのでご注意ください。

旅行主催: RKKメディアプランニング(熊本県知事登録旅行業第2-167号)

お問合せ: 「とんでるワイド」ゆ～かむバスツアー係 (RKKラジオ営業部 内)

TEL: 096-328-5621