

スタジオ11月のお知らせ

マシンメンテナンスのため臨時休館いたします

2025年11月22日(土) 終日

ご理解・ご協力 お願いいたします。

【イベントのご案内】



ミスノウエルネス笠岡20周年企画

笠岡の街で

スカイランタン&マルシェ

2025年12月7日(日) 11:00~19:00

笠岡総合スポーツ公園

笠岡ではなかなか出会えない、こだわりのお店が集合！

体にやさしい調味料、ほっぺたが落ちるお菓子、心ときめくハンドメイドアクセサリーが並びます

子どもから大人まで楽しめるワークショップも開催！

夜空にゆらめくランタンが、願いと希望を照らします。幻想的な世界を一緒に作りませんか？

第3回

いかさ

ティラノサウルスレース

開催

2025年 11月24日(月・祝) 10:00~15:00

笠岡総合スポーツ公園多目的広場 (雨天：笠岡総合体育館メインアリーナ)

【定期講座】

aruku 整いウォーキング

11月5・12・19・26日(水) 10:00~11:00 月謝/回数券にて受講可



引き続き

バーチャルレッスン【有料教室】

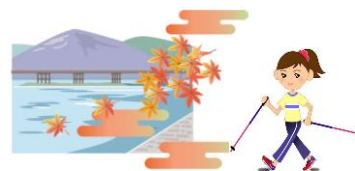
開催中！

全4回実施日 11月6・13・20・27日(木) 19:00~20:00

詳しいご案内・ご予約はスタッフまで

水曜日 おまかせ☆レッスン

- 5日 9:15~(30分) Let's ストレッチ！+ 楽体(ラクダ)
- 12日 9:15~(20分) フォームローラー・ストレッチ
- 19日 9:15~(60分) ノルディックウォーク
- 26日 9:15~(20分) フォームローラー・ストレッチ



休講・代行・イベント情報は、ホームページ・Instagramで確認できます！

ミスノウエルネス笠岡

Instagram

