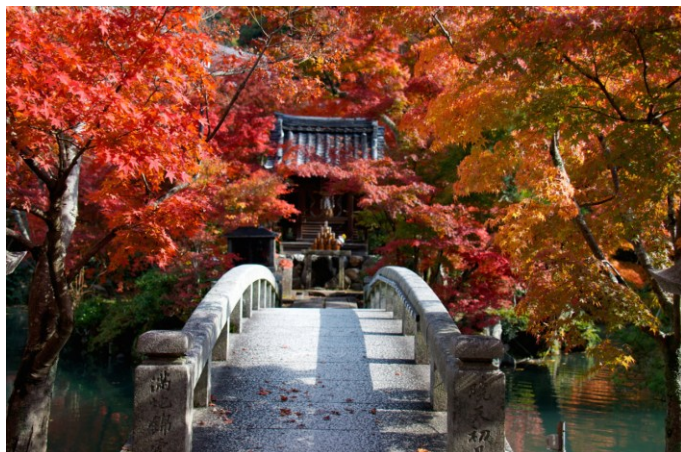


Issued by LAVIE No. 100

Date 2026/10/1



会員の皆様、いつもご愛顧いただきありがとうございます。秋も深まり、信州の美しい季節がスタートです。何処へまいりましても観光のお客様で賑わっており、2027 前期の朝ドラマ『巡るスワン』が益々楽しみです(´▽`*)

この通信もなんと100号を迎えました♥
ワタクシの手書き時代から記憶を遡りますと、
たくさんの担当者が代々引き継いできてくれました。
AI 時代において手作り通信の必要性は
定かではございませんが、今しばらくは継続の
予定です。ご覧いただけましたら幸いです！

さて、10 月から夜のスケジュールが大きく
変わります。変更の曜日、時間などご確認の上、
お間違えの無いようにお出かけくださいませ。
先生方のご都合や体調など様々な変化も受け入
れながら、魅力のあるプログラムをご提供でき
るよう努めてまいります。急な代行や休講など
にご協力をお願いする場面もございます。予め
ご了承いただけましたら幸いです m(_)_m

駐車場の件でお願いがございます
ご存じの方もおいでかと存じますが、向かいの
ビル前の二台分駐車「LAVIE」の立て札が壊
れてしまいました。お心当たりの方はご報告を
いただけましたらありがたく存じます。また、
後方への下がりすぎは大変危険ですので十分
お気を付けくださいませ。

第2回太極舞フェスティバル in 大阪 11/1(日)

仲間との絆が繋がるチーム発表会
& 講師がリメイクスペシャルレッスン

第2回、オンラインでも参加できる
太極舞フェスティバル！
各チーム好きな曲を選んでの発表会!!
そして、講師全員がコリオをリメイクしス
ペシャル神レッスンを楽しみましょう!!
ぜひ皆さまの素敵な舞を披露しましょう。

↓ ↓ 写真は佐賀県でのファンイベント



【タイムスケジュール】

▼ 10:30 受付開始

▼ 11:00~13:00 チームパフォーマンス

発表者のリードで共に演舞を楽しみましょう!!
それぞれのチームの楽曲の解釈、感情の表現
動きの変換も楽しみですね。
チーム発表を大いに盛り立て応援しましょう!!
参加される皆様も、発表者も、プレゼンターも、
心ひとつに太極舞で繋がりましょう！

▼ 13:00~14:00 ランチ休憩

▼ 14:00~15:00 スペシャル神レッスン

※ vol2-4-6-9〈台北マスター作成作品〉から厳選
した5つのパートをお楽しみください！

▽会場 東淀川区民会館

〒533-0023

住所 大阪市東淀川区東淡路 1-4-53 4F



ラヴィフィットネスコミュニティより
ZOOMにてご参加の会員様

▼集合時間 10:30

▼イベントスタート 11:00

▼終了予定 13:00

▼発表予定時間(未定)

▼発表曲 バリエーション 10

「火」or「木」

チームができ次第ご相談、他の曲でも OK！

▼参加費用 5,500 円

➡JWI へ一括申し込みをします

1 チーム費用 3,300 円

➡こちらはラヴィでお支払い予定

フロントにてお申し込み受付中!!

クラス内での練習をメインに考えています。ク
ラスの皆様にはご協力をお願いいたします。
一度立ち位置など確認しながらの練習をご都合
の良き日に開催しますのでご安心ください。

(#^^#)ラヴィには長く動き続けることをテー
マに、上手く機能していない身体の状態を改善す
るためじっくりと取り組むクラスが多様にありま
す。また、呼吸を整え心の安定を引き出す気付き
の東洋医学に基づく禅的なクラスもあります。

太極舞はダンスながらもその両方を併せ持つ
ているところが人気!! 各地域の太極舞ファンの
皆様とぜひ新しい魅力にも触れてくださいね。

📞お問い合わせはフロント&LINE で受付中☆

📞ご参加エントリーをお待ちしております(^-)-☆

NEWFACE

10月より火曜夜に登場

整えて、動かす
姿勢コンディショニング

18:30~19:10

★AYAKO★



呼吸や身体の動きを整えながら、姿勢を改善し、日常生活で使いやすい身体をつくるコンディショニングクラス。

肩・背中・骨盤・股関節など、身体の状態を整えたうえで、スクワットやヒンジなどの基本動作を取り入れ、無理なく身体を鍛えていきます。

「ただ鍛える」だけではなく、整える → 動かす → 鍛える！

自分の身体を正しく使いながら、しなやかで動きやすい身体を目指します！！

★関係保持資格★

- ・ LBA 美姿勢トレーナー〈会社 LILAWAY〉
- ・ ボディメイクインストラクター〈一般財団法人日本能力開発推進協会〉
- ・ Basic Seven ストレッチポール
- ・ ひめトレ® 骨盤底筋

有料レッスン

スケジュール

共通価格 60分 1,100円

- 各クラス5名様より開講
- 全会員様どなたでも参加OK
- 60分でどっぷり集中
- 通常レッスンからのステップアップ
- 美姿勢やスキルと知識の習得

第2金曜 JHD

JAZZ HIP DANCE

10/9 11/13 12/11

10月より変更→18:40~19:40

第1・3土曜日

ピラティス

10/3&17 11/7&21 12/5&19

第3週はマシンピラティスのみ

- ① シルクサスペンション
- ② バランスボール
- ③ マジックサークル

三種目のピラティスを堪能できる贅沢なレッスンです。マットピラティスからもう一段階身体感覚を磨き、気付きを高めてみませんか。たっぷり60分、丁寧に各ツールの楽しみ方と効果を伝授します！本来のパーソナル指導に比較しますと、大変お得な価格です！

第2土曜日

アシュタンガヨガ

10/10 11/14 12/12

10月のお友達入会 キャンペーン



**10月よりご入会
11月スタートお手続きの方々
対象のキャンペーン実施中**

●サービス内容●

- ・お友達同時入会 2名様 500円割引
- ・お友達同時入会 3名様 1,000円割引

●ご注意事項●

- ・正会員様・昼夜会員様対象
- ・土曜会員・フリー会員は対象外
- ・ゴールド対象者様はサービス併用不可
- ・3ヶ月間途中での退会不可

▲ご紹介の既会員様にも割引チケットあり

●イベントのお知らせ●



**Halloween Week
10/22(木)～10/28(水)**

🎃 お楽しみプレゼントがあるよ 🎃



§ Xmas Week §

12/19(土)～12/25(金)

各クラスにてイベント内容はご案内します。
スペシャルな音楽やドレスコード的な色合わせなどお楽しみくださいませ。また、記念のお写真などをお願いする場合がございます。映りたくない方はグラスなどをご用意ください。
記憶に残る楽しいひと時になりますように💕

●LAVIE フリーWi-Fi●

SSID: Buffalo-A-(G)-FE6D



PASS :u3ds7eru37ua6

●Instagram●

@laviefitnesscommunity

👉LINEのリッチメニューからアクセス！

●公式ライン●

LINE アプリをご利用の皆さま、LAVIEのLINEをご登録はお済みですか？！

アカウント:@eyb1514b

●Facebook●

フェイスブックに「いいね」や「コメント」で応援をお願いします。

●HP●

<https://laviefitness.com/>

●代行などのお願い●

急な代行や休講をお願いすることがございます。現在、貼り出しとLINEにて告知をしております。お見逃しのなきようチェックをお願いいたします。LINEのリッチメニューから時間・営業日をご確認いただいております。紙配布停止のご協力ありがとうございます。