

信州割 SPECIAL (全国旅行支援)

梓水苑にお得に泊まれるご宿泊プランのご案内

信州割 SPECIAL 利用で宿泊代最大3,000円割引!

さらに!! 観光クーポンを「最大2,000円分」プレゼント♪

※まつもと冬割は上限数に達した為、終了いたしました。

- キャンペーン名 / 信州割 SPECIAL (全国旅行支援)
- 利用期間 / 令和5年1月10日～令和5年3月12日宿泊分迄
- 割引額 / ご宿泊代20%OFF (上限3,000円)
- 観光クーポン / 平日2,000円 / 休日1,000円 (デジタルクーポン)
- 割引対象者 / 新型コロナワクチンを3回接種済又は検査結果が陰性であること
- 旅行当日の持ち物 / 身分証明書 (運転免許証・住民票・保険証等)
ワクチン3回目接種証明書又は陰性の検査結果通知
- ご予約方法 / 梓水苑へ直接お電話下さい (直接予約が最安値!!)

平日ご宿泊 (1泊2食付) 基本料金

会席コース	松韻 (しょういん)	玉梓 (たまずさ)	水輪 (すいりん)
内容	特撰プラン	旬の会席	シニア向け
1泊2食付料金	13,930円	11,730円	10,630円

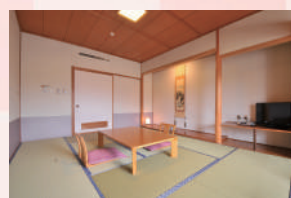


さらに
観光クーポン
最大2,000円付

信州割 SPECIAL ご利用後価格

会席コース	松韻 (しょういん)	玉梓 (たまずさ)	水輪 (すいりん)
1泊2食付料金	11,144円	9,384円	8,504円

※上記料金は平日の1室3名様以上での1泊2食付料金となります。
金曜日・土曜日・祝前日及び1～2名様利用は別途料金が加算されます。



レストランランチ再開及び お弁当販売終了のお知らせ

長期間休業しておりましたレストランランチ
営業を2月より再開させていただきます。
ランチ営業再開に伴い、お弁当販売は終了と
させていただきますのでご了承ください。

レストランランチ営業日は下記の通り変更が
ございますのでご確認くださいませ。

営業日：月曜日～木曜日
休業日：金曜日～日曜日

※営業日に宴会等で混雑の場合、レストラン
ランチを臨時休業させていただきますのでご
利用のお客様はご来館前にご確認下さいませ。

徳ぶころろ...
法事プラン



影膳付き

ご法要
法事料理 6,600円

ご予約・お問合わせ 梓水苑 ☎0263-78-5550

フラダンス教室

講師



フラダンス教室開催人数について
1回に2名以上で開催となります。
中止の場合は、前日にご連絡いたします。

【ゆったりフラ】入門者向け健康維持コースとは！？
フラダンスをやったことない方、運動不足が心配の
方向けの入門コースなのでお気軽にご参加ください。

ゆったりフラ 13:00 ~ 14:00
(入門者向け健康維持コース)

クラス月2回 3,300円

2月開催日 2日 / 16日

3月開催日 9日 / 23日



初回体験 1000円

教室時間60分

①・・・ 9:15 ~ 10:15

②・・・ 10:30 ~ 11:30

基本運動30分

- 筋力トレーニング
- ストレッチ
- 健康体操

テーマ別運動30分

- 転倒予防
- 膝腰痛予防
- メタボ改善 等々

定期的に測定を行い自分の変化をチェック！
(筋肉・脂肪量測定、体型判定、体力測定等)

開催日：2月 / 1日, 15日, 22日

：3月 / 1日, 15日, 22日

けんぽサポート

健康サポート教室



	通常価格	初回限定
1回券	1,650円	1,000円
4回券	5,300円	3,600円

健康サポート教室開催人数について

①②の教室参加合計人数が5名未満の場合、開催を中止させていただきます。
中止の場合は前日にご連絡致します。



開催時間

【月】 13:30 ~ 14:30

【火】 19:15 ~ 20:15

【土】 14:00 ~ 15:00

15:15 ~ 16:15

	通常価格	初回限定
1回券	1,650円	1,000円
4回券	5,300円	3,600円

健康ヨガ教室

2月	(月)	6日, 20日
	(火)	7日, 14日, 21日, 28日
	(土)	4日, 18日, 25日
3月	(月)	6日, 20日
	(火)	14日, 28日
	(土)	4日, 11日, 18日, 25日

『背骨コンディショニング』

【火】① 9:15 ~ 10:15

② 10:30 ~ 11:30

	通常価格	初回限定
1回券	1,650円	1,000円
4回券	5,300円	3,600円

2月 7日, 14日, 21日, 28日

3月 14日, 28日

背骨コンディショニングとは！？

腰痛・肩こり・膝の痛み・内臓の不調等を背骨の歪みを
を整え改善する運動プログラムです。



各教室にご参加の皆様へお願い ご予約TEL 0263-78-5550

- ①教室時間中はマスク着用必須となります。
- ②教室参加される前にご自宅で検温し、37度以上ある場合は参加をお控えください。
- ③1部の教室を除き、2回に教室を分けて実施しておりますが、ご希望の日時でのご予約ができない場合がございますのでご了承下さい。
- ④人数制限がある為、必ず事前予約をお願いします。予約の締切は前日12:00迄となります。
- ⑤コロナウィルス感染拡大状況により、催行中止となる場合がございます。