

夏の入会キャンペーン

入会金 **0円!!**
(通常10,000円)

キャンペーン期限
7月15日(日)まで

アクアネックスで楽しみながら
理想のBODYを手に入れよう!

- 1** ストレッチマシン
ZERO-i
体をリセット!!
- 2** ウェイトトレーニング
理想のBODYラインをGET!!
- 3** プール&ランニングマシン
疲れ知らずの体に!!

介護予防運動指導員による

無料 シニア 健康づくり教室 開催

- 第1回 7月8日(日) 転倒予防と運動
第2回 8月12日(日) シニアの為のストレッチング
第3回 9月9日(日) シニアの為の筋力トレーニング

- 10:30～ 約60分程度
 - 予約制・定員20名
 - 運動のできる格好でお越しください
- お問い合わせ 090-8495-8116(佐藤まで)



アクアネックス
AQUANEX

TEL 0475-42-7711 (月曜日定休) [平日] 10:00～21:00 [土曜日] 10:00～20:00 [日曜日・祝日] 10:00～18:00

ノルディックウォーク NORDIC WALK お申込みはアクアネックスへ TEL 0475-42-7711

楽歩プラン

外房の豊かな自然に触れる「体験」をご案内

開催日 **9月17日(月・祝)**

いすみ市の里山と歴史にふれる

定員 **20名様** 料金 お1人様 **3,500円(税別)**

ノルディックウォークの貸ポールは 500円(税別) ※プラン申込み時にご連絡ください
料金にはいすみ鉄道運賃・保険代・昼食が含まれております

行程 ー いすみ鉄道 ー ノルディックウォーク ※雨天時中止(前日に判断)

8:45 ホテル集合 → 9:40 大原駅 → 国吉駅 → 清水寺(坂東32番札所)(参拝) 楽働会の里山弁当 → ホテル到着 13:00頃予定

全長
約6km



特典 **日帰り温泉(希望者) 1,050円 ▶ 600円(税別)**

持ち物 帽子・飲み物・雨具



清水寺



里山弁当(イメージ)

モーニングノルディックウォーク 8朝食バイキング

公認インストラクターによる
初級レッスン

身体への負担が少なく効率よく脂肪燃焼できる有酸素運動



ノルディックウォーク 5つの魅力

- ① ウォークで消費カロリーがアップ
- ② 上半身のシェイプアップ
- ③ 正しい姿勢で歩ける
- ④ 首・肩こり解消
- ⑤ 安心して長く続けられる

7月21日(土)・8月26日(日)

各回定員 **10名様** 集合時間 **7:00**

レッスン料 お1人様 **2,700円(税別)** ◎保険代・貸ポール含む

- 特典 ① **日帰り温泉(希望者) 1,050円 ▶ 600円(税別)**
② **初級レッスン1回と9月17日(月・祝) 楽歩プラン申込みで
アクアネックス3回無料券プレゼント**

マイナスイオンを吸収しながら
運が良ければウミガメに遭遇
初めての方でも安心して
参加出来ます



緑と海と太陽のまち この夏の見どころ

ホテル一宮シーサイドオーツカは 9月16日(日)開催の「九十九里トライアスロン2018」を応援しています!!

海開き・南九十九里はまぐり祭り 7月14日(土)

場所: 一宮海水浴場

千葉ブランド水産物の九十九里地はまぐり拾い・つまみどり・販売やパー
ベキューなど各種イベントが開催されます

一宮町納涼花火大会 8月4日(土)

場所: 一宮海岸 19:10～

海面に華開く大きな水中花火など約5000発の花火が打ち上げられます
九十九里の浜辺から見る花火は格別です

観光地曳網 7月29日(日)・8月5日(日)・13日(月)

場所: 新浜海岸(一宮海岸南側) 10:00～

地曳網漁は九十九里地域ならではの伝統漁で一宮町指定文化財
気軽に漁師気分を体験する事が出来ます

一宮川燈籠流し 8月16日(木)

場所: 一宮川右岸 新生橋付近

幻想的な美しい光に様々な思いを込めて一宮川に灯籠を流す行事
ご希望の方は当日会場内で灯籠を販売します

お問い合わせは 一宮町観光協会 TEL 0475-42-1425

上総十二社祭り

9月13日(木) 祭典会場: 釣ヶ崎海岸



「上総の裸祭り」とも称し大同2年(807年・
平安時代)に始まったと伝えられている祭
りで房総半島に多い浜降り神事の中でも
古式を守る祭礼として千葉県無形民俗文
化財に指定されています。神々の上陸の地と伝える釣ヶ崎海岸を祭典場とし
9基の神輿・神の馬・騎馬に1000名余りの男たちが九十九里の大海原を背に駆け抜けます
当日はホテルに「玉前神社2基」「南宮神社2基」の神輿が13:00～14:00にお立寄り頂きます

当日 ランチご利用のお客様へ特典

- ① **ワンドリンクサービス** ② **かき氷サービス** ③ **日帰り温泉割引券プレゼント**

ホテル一宮シーサイドオーツカの紹介



【収容人数】 300名 【客室】 70室(全室バス・トイレ付)
【宴会場】 カトリックホール500㎡(3分割可) / 小セミナー70㎡×3(2分割可) /
和室大宴会場「浜ゆう」186帖(4分割可)
【館内施設】 レストラン「しおさい」170席 / 喫茶コーナー / バー「エメラルド」/
サロンの3 / アトリウムラウンジ / 天然一宮コッド温泉 /
貸切り家族風呂×3 / お土産コーナー / 各種自販機コーナー
【別館施設】 【アルファブラザ】大会議室313㎡・中会議室140㎡(各2分割可)・
小会議室70㎡×5 / アウトドアテニスコート(5面) /
インドアテニスコート(3面) / インドアフットサルコート(2面) /
グラウンドゴルフ場16ホール / インドアスポーツ館 アクアネックス

ホテル売店コーナー



伝統の味から
話題の新名物まで
房総みやげにおススメの
名産品や季節限定品を
各種取り揃えています

三感(冠)王宣言

お客様へ「感激・感謝・感動」して頂けるホテル
笑顔で心のこもったおもてなしを目指します

支配人 長谷川 洋一

南九十九里海岸
ホテル

一宮シーサイドオーツカ

TEL **0120-466-411**

TEL 0475(42)6411 千葉県長生郡一宮町一宮10000番地
<http://www.seaside-otsuka.com>

