Club Information クラブインフォメーション

2015.11

［特集］

日本仕様に特化したプレミアムクルーズ
ダイヤモンドプリンセス号の船旅

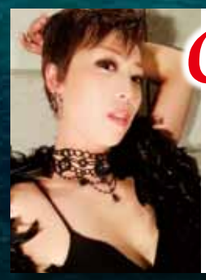
ロイヤルプリンセス号
（フォート・ローダーデール／フロリダ州）

LIBERTYHILL CLUB

LHC Calendar November 2015

1	日	善プロ ゴルフ プライベートレッスン フラワーショップ　短縮営業日
2	月	フランス語講座（入門 第15期） フランス語講座（初級 第14期）
3	火	短縮営業日
4	水	絵手紙教室（第4期）
5	木	第12回ゴルフクラブチャンピオンシップ コントラクトブリッジ講座（入門 第8期） コントラクトブリッジ講座（初級 第8期）
6	金	JAZZ NIGHT in November 金澤和枝コーチ ゴルフコース レッスン会 善プロ ゴルフ プライベートレッスン 書道教室（第6期）　フラワーショップ
7	土	
8	日	フラワーショップ 短縮営業日
9	月	
10	火	善プロ ゴルフ プライベートレッスン 英会話教室（第16期）
11	水	フラワーショップ
12	木	コントラクトブリッジ講座（入門 第8期）
13	金	金澤和枝コーチ ゴルフコース レッスン会 ハワイアンキルト教室（第2期） フラワーショップ
14	土	的矢牡蠣食べ放題& ドリンク飲み放題プラン
15	日	善プロ ゴルフ プライベートレッスン フラワーショップ　短縮営業日
16	月	フランス語講座（入門 第15期） フランス語講座（初級 第14期）
17	火	英会話教室（第16期）
18	水	絵手紙教室（第4期）
19	木	秋の日帰りバスツアー（埼玉県長瀞市） コントラクトブリッジ講座（入門 第8期） コントラクトブリッジ講座（初級 第8期）
20	金	金澤和枝コーチ ゴルフコース レッスン会 書道教室（第6期） フラワーショップ
21	土	
22	日	フラワーショップ 短縮営業日
23	月	第12回テニス男子ダブルス クラブチャンピオンシップ 短縮営業日
24	火	善プロ ゴルフ プライベートレッスン
25	水	フラワーショップ
26	木	コントラクトブリッジ講座（入門 第8期）
27	金	金澤和枝コーチ ゴルフコース レッスン会 ハワイアンキルト教室（第2期） フラワーショップ
28	土	
29	日	休館日
30	月	休館日

通常営業日　10:00～22:30（ラウンジ フィガロ11:30～23:00）
短縮営業日（日曜・祝日）　10:00～20:00（ラウンジ フィガロ11:30～22:00）



Christmas Party 2015

▶人気沸騰 ショーステージジャズ
朝純真世 ダンスパフォーマンス

▶才気溢れるボーカリスト
ウォーネル・ジョーンズ ミュージックライブ

2015年12月19日（土）18:30～20:30

▶先着55名様限定　▶着席式フレンチフルコース　参加費▶お一人様 ¥14,040（税込）

クラブインフォメーションは、毎月25日発行。次号2015年12月号は、11月25日発行予定です。

クラブインフォメーション　2015年11月号（2015年10月25日発行）
編集・発行　リバティヒルクラブ　〒152-0023 東京都目黒区八雲3-26-6　Tel. 03-5731-5731　Fax. 03-5731-5732　http://www.libertyhill.co.jp

リバティヒルクラブ会員様限定

日本仕様に特化したプレミアムクルーズ ダイヤモンドプリンセス号の船旅

横浜や神戸等の港湾都市から出港して、日本列島や台湾、韓国等の東アジアを周遊する日本発着のクルーズも、年を追うごとに人気が高まり、その上質な船内空間とサービスは、ますます充実してきています。

今回は、世界を代表するプレミアムクルーズ「プリンセス・クルーズ」より、日本仕様のホスピタリティを取り入れた船内サービスが人気の「ダイヤモンドプリンセス号」をご紹介致します。

リバティヒルクラブ会員様限定のスペシャルプライスをご用意致しました。皆様のご利用をお待ちしております。この機会に、是非ともプリンセス・クルーズの船旅の魅力をご体験下さい。

プレミアムな旅を1日1万円台から

クルーズの最大のメリットは、航海しながら多彩な都市(観光地)を効率良く巡る事が出来る点です。各寄港地では、日中に様々なオプショナルツアーが用意されていて、名所旧跡等の観光地を満喫出来ます。夜には船内に戻り、華やかなエンターテイメントやショーをはじめ、カジノ、スパ等で上質なホスピタルティをご体験下さい。

お部屋に戻ってゆっくり寛いでいれば、翌朝にはもう次の目的地へ到着しています。そう、クルーズは、荷物の出し入れも空港への移動もありません。身体に優しい旅のスタイルなのです。

そして、クルーズの旅は、とてもコストパフォーマンスに優れている点も魅力的です。

寄港地間の移動費、宿泊費に加えて、船内での充実したお食事、イベント、施設使用料等が既にクルーズ代金に含まれています。

つまり、映画やショーの鑑賞、プールやジャグジー、アフタヌーンティー等はフリーパス感覚でお楽しみ頂けるので、とてもお得です。上質な旅を1日1万円台から楽しめるのです!

さて、今回、ご紹介する「ダイヤモンドプリンセス号」は、乗客2・5名に対して1名のクルーがいます。

そして、約100名のクルーは、日本語を話す事が出来ます。

ダイナミックなショーやラスベガススタイルのカジノ等、多彩な船内プログラムと展望大浴場や日本食の料理等、きめ細かなホスピタリティを併せ持つ、日本仕様に特化し、日本で製造されたプレミアム船なのです。

「ダイヤモンドプリンセス号」をどうぞお楽しみ下さい。

リバティヒルバケーション
岩崎 治幸

日本仕様に特化したプレミアムクルーズのサービスの数々…

一番のオススメ!
ジュニア・スイートのお部屋

ジュニア・スイートの見取り図

1 客　室

プリンセス・クルーズの主な客室は5種類。内側ツイン、海側ツイン、バルコニー付きツイン、ジュニア・スイート、スイートとなっております。そのサービスは一流ホテルと同様です。上質なお部屋とサービスで快適にお過ごし頂けます。

全て客室に、電話、ヘアドライヤー、シャンプー、コンディショナー、ボディーローション、石鹸をご用意しております。バスローブ、シャワーキャップが必要な方は客室係にお申し付け下さい。

海側バルコニー付のお部屋

日本発着クルーズでは、客室にポットとお茶セットの他、スリッパもご用意。客室テレビにはNHKの衛星放送もございますので、ニュース、スポーツ、ドラマ等が日本語で楽しめる他、ムービーチャンネルで日本映画も上映致します。

また、船内案内、寄港地観光のハイライトも日本語で視聴頂けます。

2 ダイニング

毎日フルコースディナーが味わえるメイン・ダイニングの他に、イタリアン、お寿司等の有料レストランがあり、船内で豪華なお食事をお楽しみ頂けます。

この船のシェフは、全員が世界的に権威のある料理協会「ラ・シェーヌ・デ・ロティスール」に所属。数々の賞に輝いたその繊細な味わいは、日本人のお客様にもぴったりです。

また、クルーズでのお食事代は、一部を除いてクルーズ代金に含まれており、全てメイン・ダイニングで、日本語メニューのご用意もありますので、安心してご利用頂けます。

3 展望浴場「泉の湯」

ダイヤモンドプリンセス号ならではの施設、オーシャンビューの展望浴場「泉の湯」をお楽しみ頂けます。日本発着路線就航の為に、新たに増設されたパブリックスペースです。

屋内にはオーシャンビューの岩の湯や糸杉の湯、ドライサウナ、ミストサウナ、打たせ湯を、水着で入る屋外には男女共用のスパプール、足湯を完備。

心地よい潮風を感じ、ゆったりお湯につかりながら、輝く朝日や夕日に染まる大海原を眺める事が出来る洋上最大級のリラクゼーション空間です。

4 スパ ビューティーサロン

アメリカの「スパファインダー・ウェルネス™」で、「船上で最高のスパ」と称された事もあるラグジュアリーな癒しの空間。フェイシャル、アロマストーンセラピー、マッサージ等最先端のメニューを個室で受ける事が出来、併設のビューティーサロンでは、フォーマルナイトの為のヘアセットはもちろん、ヘアトリートメント、ネイル等、本格的な美容メニューを揃えております。

日本発着クルーズでは、日本語セラピストも乗船しております。※スパ、ビューティーサロンのサービスは有料になります。

5 エンターテイメント

一流のエンターテイナーによるラスベガススタイルのダンスショーや、プリンセス・オリジナルの「プロダクション・ショー」、コンサート、マジックショー等、様々なエンターテイメントが毎晩、日替わりで公演されます。

日本発着クルーズでは、落語や社交ダンスをお楽しみ頂ける他、日本在住のミュージシャンによる演奏も予定しています。

6 カジノ

一流のディーラーがエスコートするテーブルゲーム、多彩な種類のスロットマシンを揃え、バーも併設したプリンセス・クルーズ自慢の本格的なカジノ。

外国船クルーズでしか味わえない、本格的なカジノ体験で、そのきらびやかな雰囲気をお楽しみ下さい。テーブルゲームは5USドルから、スロットマシンは1USセントからと手軽に楽しむ事が出来ます。

7 カルチャー教室

ディナーで味わった料理をシェフから直々に学べる料理教室、陶芸教室、絵画教室、国際ライセンスを持つプロダンサーによる社交ダンスレッスン等、多数あり、交流を深めたり、有意義な時間を過ごす事が出来ます。

また、寄港地に関連する文化や歴史、アートが学べる教養講座等も開催しております。

日本語でレクチャーが受けられるプログラムもございます。

※写真はイメージです。　※一部、有料のプログラム、サービスがございますのでご了承下さい。

2016年ダイヤモンドプリンセス号で行く横浜発着クルーズ

『第7回 LHV NAVIセミナー』

12名様限定のスペシャルセミナー

定員になり次第、締め切らせて頂きます。

リバティヒルバケーションが毎回、旅のテーマを絞って開催する「LHV NAVIセミナー」。
今回のテーマは、大型豪華客船・ダイヤモンドプリンセス号の2016年4月から始まる日本（横浜）発着クルーズの魅力についてご紹介致します。横浜発着という「フライ＆クルーズの旅」にはない、気軽なクルーズの良さをご案内致します。
クルーズの旅をご経験された事のない方にも、是非ともお勧めしたい旅の説明会です。

セミナープログラム

- 2016年のGWから始まる横浜発着クルーズのスケジュールをご紹介！
- クルーズ未体験の方でも安心の船旅！
- ドリンクとケーキもご用意！

2015年12月6日(日)　15時～16時30分（受付は14時45分より）
リバティヒルクラブ ラウンジフィガロ スイートルーム／参加費無料（ドリンク、ケーキ付き）／12名様限定
●お申込・お問合わせは、クラブフロント、またはリバティヒルバケーションまでお気軽にどうぞ。

※写真はイメージです。

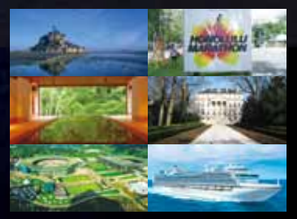
旅のご相談はリバティヒルバケーションへ

●お申込・お問い合わせはクラブフロント、またはリバティヒルバケーションまで。
貴方の旅のスタイルに合わせたバケーション創りのお手伝いをさせて頂きます。何なりとお申し付け下さい。

パッケージツアー割引情報　リバティヒルクラブメンバー様最大5%割引 !!

リバティヒルバケーションが厳選したパッケージツアー（他社主催旅行商品）が対象となります。ツアーブランドにより割引率は異なりますが、リバティヒルクラブのメンバー様には、最大5%（3%割引または対象外あり）となります。

●取扱商品のラインアップ
世界各方面の格安航空券からビジネスクラス航空券、国内線航空券まで幅広く取り揃えております。ご希望に応じた航空券をご紹介し手配させて頂きます。



- ●国際線と国内線航空券（全世界の全券種をご用意）
- ●現地発着オプショナルツアー
- ●スポーツ・オペラ等の観戦チケット
- ●他社主催パッケージツアーの手配を会員様割引
- ●法人（業務出張）とのお取引
- ●世界のクルージングツアー
- ●IMGニック・ボロテリーテニスアカデミー（米フロリダ）
- ●ATAテニスアカデミー（豪州シドニー）
- ●世界各地のホテル
- ●現地の専用送迎車＆ガイド
- ●レンタカー
- ●査証（ビザ）
- ●ボルドーやブルゴーニュ地方のシャトー巡りツアー
- ●ウィンブルドンをはじめとする四大大会他テニス観戦の手配
- ●ゴルフの聖地、セント・アンドリュースでのゴルフプレーの手配
- ●フルマラソンに挑戦！ホノルルマラソンツアー

リバティヒルバケーション

〒152-0035　東京都目黒区自由が丘 3-17-1 リバティヒルビル　TEL：03-3723-1500　FAX：03-3723-8788
E-Mail：iwasaki@libertyhill.co.jp　Web：http://www.libertyhillvacations.co.jp
営業時間：平日 9：30～18：30／日曜 10：00～18：00　土曜日・祝祭日・年末年始は休業
東京都知事登録旅行業第3-5278号／日本旅行業協会協力会員／総合旅行業務取扱管理者　岩崎治幸

リバティヒルクラブ会員様限定

スペシャルセレクト3コース

30%割引のスペシャルプライスで

プリンセス・クルーズに関するパンフレットを、フロント横にご用意しております。

2016年にダイヤモンドプリンセス号が運航する横浜発着クルーズより、おすすめのコースをセレクト致しました。
※その他のコースは、通常会員様割引の5%割引を適用させて頂きます。重複割引はございません。
この機会に、是非プリンセス・クルーズでの船旅の魅力をご体験下さい。

《初めてのクルーズに最適です》
気軽にショートクルーズ 長崎と韓国6日間

4月25日(月)～4月30日(土)

寄港地	入港	出港	食事
横浜（日本）	午後乗船	17:00	
クルージング	——	——	
釜山（韓国）	14:00	20:00	
長崎（日本）	08:00	17:00	
クルージング	——	——	
横浜（日本）	午前下船		

《クルーズの魅力が堪能出来ます》
ハイサイ沖縄と 台湾三都市周遊10日間

6月15日(水)～6月24日(金)

寄港地	入港	出港	食事
横浜（日本）	午後乗船	17:00	
クルージング	——	——	
クルージング	——	——	
那覇（日本）	07:00	16:00	
基隆（台湾）	09:00	18:00	
高雄（台湾）	09:00	18:00	
花蓮（台湾）	09:00	18:00	
クルージング	——	——	
クルージング	——	——	
横浜（日本）	午前下船		

《日本クルーズ人気のコースです》
ぐるり北海道周遊と知床 クルージング・サハリン10日間

6月24日(金)～7月3日(日)

寄港地	入港	出港	食事
横浜（日本）	午後乗船	17:00	
クルージング	——	——	
釧路（日本）	07:00	14:00	
知床半島クルーズ	15:00	18:00	
コルサコフ（ロシア）	06:00	18:00	
小樽（日本）	08:00	22:00	
函館（日本）	12:00	23:00	
青森（日本）	07:00	21:00	
クルージング	——	——	
横浜（日本）	午前下船		

クルーズ代金（二人部屋を2名で利用した場合のお一人様あたりの料金です。）別途、政府関連諸税を申し受けます。

	正規代金	会員様割引代金
内側	¥97,000	▶ ¥67,900
海側	¥104,000	▶ ¥72,800
バルコニー	¥162,000	▶¥113,400
Jrスイート	¥217,000	▶¥151,900

	正規代金	会員様割引代金
内側	¥197,000	▶¥137,900
海側	¥209,000	▶¥146,300
バルコニー	¥309,000	▶¥216,300
Jrスイート	¥369,000	▶¥258,300

	正規代金	会員様割引代金
内側	¥197,000	▶¥137,900
海側	¥209,000	▶¥146,300
バルコニー	¥309,000	▶¥216,300
Jrスイート	¥369,000	▶¥258,300

バルコニー及びJrスイートは、前方／後方のお部屋カテゴリーになります。早期予約割引特典との併用はできません。
上記4つのお部屋タイプ以外をご希望の場合は、通常会員様割引の5%割引を適用させて頂きます。割引の重複はございません。

LHC × 自由が丘クリニック 医療法人社団 喜美会

ヘルス&ビューティケアセミナー【第6回】
しわ改善治療『ボトックス注入』を確かな技術で。
「ボトックス注入顧問指導医」は、国内でわずか6名。その内、3名が自由が丘クリニックのドクターです。

自由が丘クリニック 理事長／医学博士　古山（ふるやま） 登隆（のぶたか） 氏

自由が丘クリニック様にご協力頂いている、本連載も第6回目を迎えました。今回は、美容に対して意識の高い方なら、一度は耳にしたことがある、しわ改善治療「ボトックス治療」について、掲載致します。

お化粧品等での普段のお手入れでは改善が難しい「しわ」。気にされている方も多いのではないでしょうか。

＊

そのような「しわ」の改善法として、ボトックス治療は、欧米では最もポピュラーなものとして定着しています。日本でも2008年度に、美容目的として厚生労働省の認可を受け、有用性が認められました。

ボトックス治療は、「筋肉の収縮を抑制する成分」であるボツリヌス菌が作り出した「ボツリヌストキシン」というたんぱく質を注入する治療です。菌そのものを注入する訳ではないので、安全です。

このボツリヌストキシンを注入すると、筋肉の収縮が弱まり、**しわの解消や汗の量を軽減する等の効果**が得られます。

ただ、治療は、その人の表情の使い方や、皮膚の質まで見極め、ナチュラルに美しい理想の顔立ちを実現するセンスが問われます。

自由が丘クリニックは、ボトックスが日本に紹介された初期の頃から、ボトックスを使用した治療に取り組んできました。

その長年の臨床経験が高く評価され、『ボトックス注入技術トレーニングセンター』として認定も受けています。

日本国内に6名しかいない「ボトックス注入顧問指導医」のうち、3名が自由が丘クリニックに在籍するドクターです。（編集注＝医学博士の古山登隆理事長は、「ボトックス注入指導医」に選ばれています。）

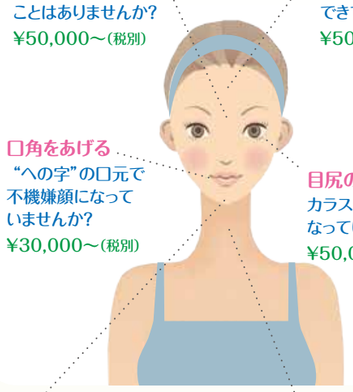
リバティヒルクラブのメンバー様にも安心してお受け頂ける様、技術力の向上に努めています。

Q1：効果はどのくらい持続しますか？
A：個人差がありますが、治療後48時間あたりから効果があらわれ始め、4～6ヵ月程続きます。定期的な注入が必要です。

Q2：ボトックスは安全？
A：自由が丘クリニックでは、厚生労働省に承認された『ボトックスビスタ』を使用しています。

Q3：顔の表情が極端に変わりませんか？
A：自然な表情を損なうことなく治療出来ます。しかし医師の技術力がとても重要なので、信頼出来る医師選びが重要です。

Q4：ヒアルロン酸注入とどう違うの？
A：しわを埋めたり溝を盛り上げたりする為に使用するのがヒアルロン酸注入です。ボトックス注入は、表情じわの原因となる筋肉にリラックスさせて、しわを出来にくくする治療法です。



My Favorite
～私のお気に入り～

第89回：男性会員 様

海外勤務が長く、英語・中国語・ベトナム語・タイ語で、現地の人たちと一緒に、カラオケを歌うのも、楽しみのひとつと語る男性会員様。

――リバティヒルクラブにご入会されたきっかけは何ですか？

学生時代から熱中していたサッカーは、社会人になってからも冷める事なく、海外駐在での15年間も続けていました。

ところが、中国勤務から帰国後、試合で怪我を負い、それ以降、肩が上がらなくなりました。また、運動不足で、体重も増えてしまいました。

国内勤務となり、身体を何とかしなければという思いから、自宅からも近く、以前から気になっていたリバティヒルクラブへ入会を決めました。

――LHCでは普段どのような運動をされていますか？

私自身にとって、ダイエットよりもインナーマッスルを鍛える必要があると考え、ボディメトリクスによるストレッチをはじめ、筋力トレーニングやウォーキング、水泳は欠かさずに行っています。

また、**トレーナーの尾股さんと今井さんには、パーソナルトレーニングをお願いしており**、食事療法や、正しいウォーキングの仕方等も教わっています。

入会して3～4ヶ月程で、体重が8キロ減った事には驚きました。これまでは、一人で黙々とメニューをこなしていくだけでしたが、今後はスタジオレッスンやアクアレッスンにも参加してみたいですね。

現在は、仕事の関係上、ほとんど土曜・日曜しか通えないのが残念です。

――ご趣味についてお聞かせ下さい。

ベトナムや中国に駐在していた頃、会社主催の大規模なカラオケパーティ等をプロデュースし、様々な国の方々との交流を図りました。

仕事以外の場面でこういった社交の場を企画する事で、他国の文化や言葉等が自然と身に付いていきました。

元々、イベントやパーティは大好きなので、今年7月に開催された15周年アニバーサリーパーティにも参加しました。

今後も、メンバー同士の交流を図れるような魅力的なイベントの企画を期待しています。

海外駐在時期のお話は、どれも刺激的で、イベントの企画・運営についても、大変勉強になりました。現在でも、海外出張の多い男性会員様ですが、ご自身のペースでこれからも運動を続けて頂きたいと思います。

（インタビュー：CLP課　藤田　景）

最・新・情・報

秋の日帰りバスツアー 長瀞 岩畳の紅葉と陶芸を楽しむ

今回は、紅葉真っ盛りの長瀞岩畳を訪れるツアーです。自然豊かな長瀞をお楽しみ頂きます。

これまでのバスツアーとは趣向を変えて、新たに陶芸体験を盛り込んだ企画をご用意致しました。

是非、皆様のご参加をお待ち申し上げております。

開催日 2015年11月19日(木)

場所
- 「長瀞(岩畳)」にて散策
- 「有隣倶楽部」にてお食事
- 「一隅舎」にて陶芸体験
- 「道の駅 はなぞの」にてショッピング

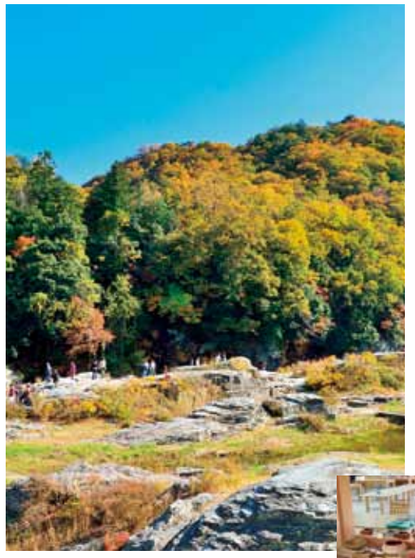
参加費 ¥13,500(税込)

定員 先着18名様(最少催行人数15名様)

ゲストの方もご参加頂けます。

締切日 2015年11月12日(木)

※詳しくはフロントスタッフにお問い合わせ下さい。



陶芸体験工房「一隅舎」

的矢牡蠣食べ放題&ドリンク飲み放題プラン

実りの秋、食欲の秋、そして、待望の牡蠣の季節が到来しました。ラウンジフィガロの一番人気のフェアです。もちろん、今回もスパークリングワインとシャブリが飲み放題です。

毎回多くの皆様にご利用頂き、満席が予想されますので、ご予約はお早めに!!

開催日時 2015年11月12日(木)~15日(日)
17時30分~20時30分にご入場
90分間(牡蠣食べ放題・ドリンク飲み放題)

会場 ラウンジ フィガロ

料金 お一人様 ¥7,539(税込)

完全予約制 前日までにご予約下さい。

定員 各日30名様

メニュー
- ●三重県的矢産牡蠣(生ガキ/加熱可)
- ●スパークリングワイン/ワイン(赤・白・シャブリ)/ハイボール/カクテル(カシス・カンパリ・ジン)/日本酒/焼酎/コーラ/ジンジャーエール/オレンジジュース/グレープフルーツジュース/ウーロン茶
- ●3種のブリュスケッタ/シェフのラザニア又はごはん/本日の温かいスープ・温野菜サラダ・お味噌汁のいずれか/なめらかチョコレートムース/コーヒー/紅茶/ほうじ茶

※詳細は、館内掲示またはパンフレットをご覧下さい。

※お申し込み・お問い合わせは、ラウンジフィガロまで。

ミュージックイベント JAZZ NIGHT in November

今回で第9回目となる「アナログレコード・ノンストップ・ミックス・イベント」は、秋の夜長にぴったりの「ジャズ特集」をお送り致します。モダンジャズからフュージョン、クロスオーバーまで、幅広い選曲を予定しております。

また、特別ゲストに、インストゥルメンタル・ジャズバンド『scene369』を迎え、生演奏もお楽しみ頂きます。

当日はラウンジフィガロにて、スペシャルメニューをご用意致しておりますので、是非、ご家族・ご友人をお誘い合わせの上、お待ちしております。

お席が残り僅かとなりました。お早めのご予約をお願い致します。

開催日時 2015年11月6日(金)
19時~ BLUENOTE・CTIレーベルを中心としたノンストップ・ジャズ・ミックス
20時~ 『scene369』によるジャズライブ

会場 ラウンジ

参加費 ミュージックチャージ 1,000円(税込)
※19時~21時に、ラウンジをご利用の際は、ミュージックチャージ1,000円を頂戴致します。

※詳しくは、クラブライフプランナー課 藤田まで。

浜野 滋
Drams

坂田明奈
SAX

インストゥルメンタル・ジャズバンド
"scene369"特別出演

中原裕章
Piano

北島優一
Guitar

酒井 太
Bass

Hiroaki Nakahara, Piano

イベントレポート

『LHC&JITC男子テニスダブルス』

2015年9月26日(土)
リバティヒルクラブ ルーフコート

ご参加された方々のお声

- ●接戦の試合が沢山あって、面白かった。
- ●以前のイベントのように、形式を変えて、対抗戦の企画を増やして欲しいです。
- ●この流れで、クラブチャンピオンシップも盛り上げたい。
- ●7組の総当たり戦はとても疲れたが、充実したイベントでした。

テニスコーチ 山下 任美

天気予報でも雨が予想され、当日は明け方まで雨が降り、集合時間間際で、ようやくコートのコンディションが整いました。
試合は7組の総当たり戦で行いました。混戦が続き、勝率の同じチームも多くありました。
次回は11月23日(月・祝)に、クラブチャンピオンシップ(男子ダブルス)を開催致します。皆様のご参加をお待ち致しております。

イベントレポート

『伊豆ベストポイントダイビングツアー』

2015年9月26日(土)

ご参加された方々のお声

今回は伊豆の田子(沖浮島根)でのダイビング。数日前から台風が続き、気を揉んでおりましたが、当日は、海も穏やかで、今回で50本目のダイビングを達成する仲間達を祝福してくれたかの様でした。何と心優しい海!

大喜びで、金魚花鯛や雀鯛の群れを眺めました。そして、この日の最深度の30mに挑戦しましたが、仲間と同じ様にスムーズに潜る事が出来ました。

リバティヒルクラブのスタッフの行き届いたサポートに、甘えさせて頂きました。

スポーツフィットネス課 齋藤 圭

田子は、伊豆の中でも沢山のポイントがある、有数のダイビングスポットです。今回開催した9月末は、水温も丁度良く、とても快適なダイビングを楽しめる時期でした。また、伊豆は、ちょっとした旅行感覚でも楽しめるエリアです。ご参加頂きました皆様、有難うございました。来年も、ライセンス取得プラン等、初心者の方も安心してご参加頂けるダイビングツアーを企画致しますので、皆様のご参加をお待ち申し上げております。

Christmas Party 2015

WORNELL JONES
ウォーネル・ジョーンズ
ベーシスト、ソングライター、シンガー、プロデューサー。スライ・ストーン、エディー・ケンドリックス等と共演。1984年、ルーファスと共に初来日。現在東京在住。作曲、ライブ演奏、テレビコマーシャルや日本のトップアーティスト達と活動中。松田聖子・高中正義・織田哲郎・小比類巻かほる・trf・鈴木雅之等、コンサートツアーに参加多数。'99年モントレー・ジャズフェスティバル出演。現在、都内ライブハウスで自己のバンド等で活動中。

MAYO ASAZUMI
朝純　真世
幼少よりミュージカル等に出演、アメリカ、イギリス留学し、ミュージカル専門学校を主席で卒業。東京ディズニーリゾート、地方テーマパーク、ミュージカルや、イベントにダンスキャプテン、ダンサー、振り付け、シンガーとして出演。また、メインMC&ボーカル、ダンスキャプテンを兼任し、数多くのミュージカル・TV・CM・イベント・ショー等に出演。最近では、振付家として、プロダンサー、アクターを育成している。

※お料理はイメージです。

今年のクリスマスパーティは、着席式ですので、ディナーとショーをお楽しみ頂けます。

ダンスパフォーマンスは、**サンデーズスペシャルで人気を博している「ショーステージジャズ」の朝純真世氏が、バックダンサーを率いて登場します。**

また、ミュージックライブでは、ベーシスト・プロデューサー等才能溢れるボーカリスト、ウォーネル・ジョーンズを迎えてのライブをお楽しみ下さい。モントレージャズフェスティバル出演をはじめ、松田聖子等、国内外のトップアーティストとの共演多数の実力派シンガーです。

今回は、ピアノ・サックス・バックコーラスの生演奏で、聖なる夜を盛り上げます。

また、ラウンジフィガロによる、シェフが腕によりをかけたフレンチフルコースもご堪能下さい。

ご家族だけでなく、日頃懇意にされているご友人の方々もお誘い合わせの上、ご参加をお待ちしております。**お席に限りがございますので、お早めにご予約下さい。**

日　時　**2015年12月19日(土)**
開場▼18時　開演▼18時30分　終演▼20時30分予定

参加費　**お一人様　¥14,040(税込)**
※小人も同額です。※3歳以下の方はご参加頂けません。
＊フロントにて、参加費と合わせてお申込み下さい(現金・カード・チャージのいずれか)。お支払いがお済み次第、お席を確保させて頂きます。(お申込みのみの場合は、お席の確保は致しかねます。)

形　式　着席式フレンチフルコース

ドレスコード　セミフォーマル(ジーンズ不可)

定　員　**先着55名様限定**

お申し込み締切日　2015年12月18日(金)

＊ゲストの方もご参加頂けます。
＊お申し込み・お問い合わせはフロントまでどうぞ。

! 契約ロッカーご利用時のお願い

契約ロッカーの鍵を付けたままで、施設をご利用されている方がいらっしゃいます。

盗難防止の為、鍵は付けたままにせず、必ず鍵をお閉めになり、ご利用時はご自身で管理頂きます様、お願い致します。

付けたままのロッカーキーを見つけた際は、スタッフが回収し、フロントでお預かり致しますので、予めご了承下さいます様、お願い申し上げます。(2016年1月より実施致します)

! ジムエリアでの裸足の歩行禁止のお願い

現在、ロッカールームからジムエリアまでを、裸足で歩行されている方が、大勢見られます。

スタジオ・DO-JOを除くジムエリアでは、安全上及び衛生管理上、裸足のご利用・歩行は固くお断りしております。

ジムエリアを安全にご利用頂く為、トレーニングシューズを必ずお履き下さいます様、お願い申し上げます。

バレエシューズ、スリッパ、サンダル等の薄手のお履物での、マシン等のご利用は、危険ですのでお止め下さい。

また、スタジオ、DO-JOへの移動のみの場合は、バレエシューズ、サンダル等の薄手のお履物(室内用スリッパは不可)をご利用頂けます。

SUNDAY'S SPECIAL

STUDIO　10:20~11:20

話題のレッスンもいち早く取り入れた、毎週日曜日のスペシャルレッスンです。

11/22 ショー ステージ ジャズ

講師▶朝純真世(あさずみ まよ)

来る12月19日(土)開催の『クリスマスパーティ2015』で披露するダンスパフォーマンスの一部を特別にお魅せします。

《大反響のショーステージジャズでスタイルアップ》

皆様の熱いご要望にお応えして、今月もサンデーズ・スペシャルに再登場。
ショー独自のエクササイズで、綺麗な姿勢、スタイルアップを目指します。
レビュースタイルのダンスも習得し、心身共にリフレッシュしましょう。(初級)

11/1 ズンバ

講師▶石田(いしだ)　香織(かおり)

ラテン音楽を中心に、音楽に合わせて、身体を動かす楽しいレッスンです。
消費カロリーが高く、心肺機能向上と筋力アップにも効果的です。(初中級)

11/8 パワーヨガ

講師▶山田(やまだ)　乃梨子(のりこ)

普通のヨガに比べて、筋力を必要とするポーズをとるので、脂肪燃焼に効果的！
評判のレッスンで、美しいスタイルをつくり、秋をエンジョイしましょう。(初級)

11/15 ボール&ストレッチ

講師▶杉田(すぎた)　欣也(きんや)

ギムニックボールを使って、普段使わない筋肉を刺激し、身体をほぐしながらシェイプします。人気のレッスンをサンデーズスペシャルで体験しましょう。(初級)