

Town Employee Relax Refresh Social Amenity

December >>> January

# NIIGATA テラサ Information

12・1  
.....  
2023-2024

あなたの毎日に新潟テラサ



©ABC-A・東映アニメーション

## ひろがるスカイ!プリキュア ドリームステージ♪ **発売中**

2024年1月8日(月・祝) ①10:30開演 ②14:00開演

全席指定 3,800円 ※当日券は+200円

<お問い合わせ> プリキュアドリームステージ♪上演委員会(劇団飛行船内)  
TEL 03-4500-6810 (平日10:30~17:00)

<主催> UX新潟テレビ21/新潟テラサ/プリキュアドリームステージ♪上演委員会  
<後援> 新潟市/新潟市教育委員会



©石森プロ・テレビ朝日・ADK EM・東映

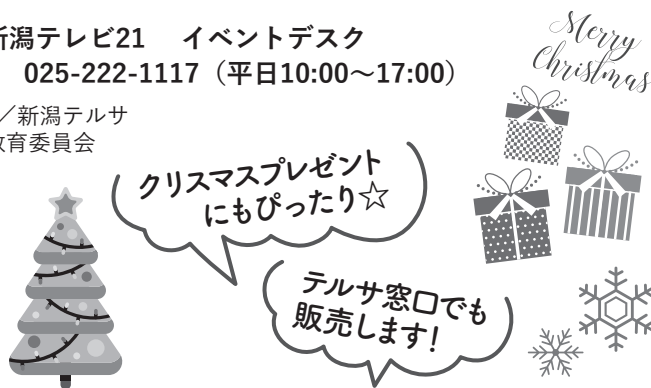
## 仮面ライダースーパーライブ2024 **12/15 発売**

2024年3月10日(日) ①10:30開演 ②14:00開演

全席指定 3,800円 ※当日券は+200円

<お問い合わせ> UX新潟テレビ21 イベントデスク  
TEL 025-222-1117 (平日10:00~17:00)

<主催> UX新潟テレビ21/新潟テラサ  
<後援> 新潟市/新潟市教育委員会



休館日

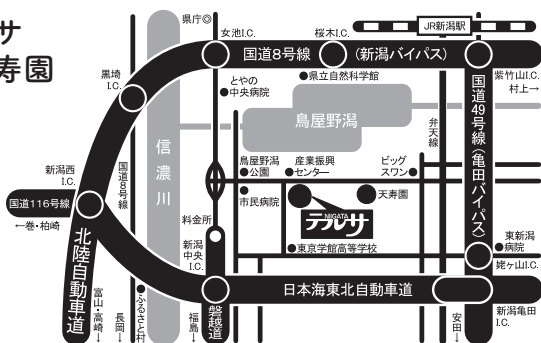
12月 ..... 11月、25日、29日(金)~31日

※フィットネスセンターは上記のほかに4月、18日

1月 ..... 1月~3日(水)、9日(火)、22日

※フィットネスセンターは上記のほかに15日、29日

新潟テラサ  
新潟市天寿園  
案内図



・JR新潟駅より  
約6km

<発行・お問い合わせ>

## 新潟テラサ

【指定管理者：公益財団法人新潟市開発公社】  
〒950-1141 新潟市中央区鐘木(しゅもく)185-18  
TEL 025-281-1888 FAX 025-281-1891  
E-mail info@n-terrsa.jp  
定休日：毎月第2・第4月曜日(当該日が休日の場合は翌日)  
及び12月29日から1月3日

# Exercise

## 新潟テルサフィットネスセンター

では多彩な講師陣を迎えて気軽に楽しめるエクササイズプログラムを開催中！  
1回だけの参加もOKなので「ちょっとやってみたい…」が叶います  
いつものトレーニングにプラス+して気分転換はいかがでしょう？  
もちろんプログラムのみの参加・初心者さんも大歓迎です！

★コンビネーションステップ  
★リズムエクササイズ  
★バランスコーディネーション  
★エアロ・エキスパート  
★リフレッシュヨーガ

★中級ステップ  
★エクササイズサルサ  
★腰痛肩こり改善体操  
★ZUMBA  
など

全施設 一般 600円/1回  
使用料 65歳以上 450円/1回

お得な回数券(11枚綴り)  
定期券(3、6ヵ月)もあります

プログラム参加料 540円/1回

## ● 12月のホールイベント

開催日	イベント
2023-12-12(火)	消費者セミナー 講演：二所ノ関寛(元第72代横綱 稀勢の里) 【開催時間】 14:00～ 【入場方法】 入場無料・全席自由(要申込) ※主催者ホームページをご覧ください 【主催・問合せ】 (公社)新潟県宅地建物取引業協会 025-247-1177 (月～金 9:00～17:00)

## ● 1月のホールイベント

開催日	イベント
2024-01-08(月)	ひろがるスカイ!プリキュア ドリームステージ♪ 【開催時間】 ①10:30 ②14:00 開演 【入場方法】 全席指定 ¥3,800 ※当日券は+¥200 【主催】 UX新潟テレビ21 / 新潟テルサ / プリキュアドリームステージ♪上演委員会 【問合せ】 プリキュアドリームステージ♪上演委員会(劇団飛行船内) 03-4500-6810 (平日10:30～17:00)

- ・主催者様より公開のご希望があったイベントのみを掲載しています。  
この他のイベントについては直接お問い合わせください。
- ・券売状況や臨時バスの運行予定等詳細は主催者様にお問い合わせください。
- ・イベントの内容は変更・延期・中止となる場合があります。

新潟テルサ   
<https://www.n-terrsa.jp/>



**FOLLOW ME!**  
**SNS**  
新潟テルサ【公式】  
Instagram 始めました! @Niigata\_terrsa

## 新潟テルサ フィットネスセンター

1回からお気軽にご利用いただける  
大人のための健康増進施設です

- トレーニングルーム
- スタジオプログラム
- プール&ジャグジー
- お風呂&サウナ

からだに  
いいコト  
はじめよう!

新潟テルサ 1F  
TEL 025-281-1889  
<https://www.n-terrsa.jp/fitness/>



定期的に通う文化講座(カルチャースクール)以外にも  
空いた時間に1回から参加できる教室プログラムも開催中!

- エアロビクス ● ZUMBA ● ステップ  
などいろいろ♪

指導経験豊富な講師陣が貴方の参加をお待ちしています。  
興味のあるプログラムにトライしてみませんか!  
詳しくはフィットネスセンターのホームページをご覧ください。