

美Body 体験会

6/20
(土)

時間 : 14:30~

集合場所 : 梅田病院 1階待合室 (雨天時 院内)

参加資格 : どなたでもご参加ください。

※人数制限あり。問い合わせください。事前申し込みあり

(体調に心配の方はご相談ください。体調等により参加を控えていただく場合もございます。)

参加費 : ¥500- (レンタルポール代含む)

服装 : 動きやすい服装/歩きやすい靴 (サンダル不可)

持ち物 : 飲み物、タオル

ノルディックウォーク 体験

Wins 田村秀人氏による

- How to Nordic(歩き方)
- 美Body Nordic walk (実技)
- レクレーション



ノルディックウォークとは、2本のポールを持って歩くことで全身の90%を活用して歩くことの出来るウォークキングです。正しい姿勢を保ちながら身体バランスの改善が期待されています。

日清医療食品 食卓便 試食会



テレビや新聞でもおなじみの「食卓便」。食べたいときにチンするだけ、自分のペースで食事が楽しめる冷凍のおかずです。おいしさにこだわりながら、カロリーや塩分に配慮して、栄養バランスのとれた食事だから、カラダにうれしい内容となっています。

お申込み/お問い合わせ先 : 梅田病院 事務所
03-3840-4511 (代表)

美 Body 体験会 申込書

・ 注意事項

※ご理解いただけましたら□にチェックしてください。

- 運動をいたしますので、体調にご不安がある方は、スタッフまで、ご相談ください。また、体調等により運動に参加できない場合がございます。
- 貴重品等は、各自で責任を持って管理してください。
- イベント風景の写真を、当院ホームページ等に使用させていただきます。
- 実施中に、体調が悪くなった場合は速やかにスタッフに申し出てください。また、他の参加者の方々に体調が悪そうな方を見かけましたらご協力ください。

～ 申し込み記入欄 ～ ※問い合わせ後、FAX送信してください

平成 年 月 日

➤ 氏名 _____

➤ 住所 _____

➤ 連絡先 _____

※ご不明な点は、梅田病院 事務所 亀山まで ご連絡ください。

TEL 03-3840-4511

FAX 03-3889-7353