

第5回 はらまるクラブ

ストレッチ&ウォーキング

日程 4月24日(火)
時間 9時30分 トップ・ワークス集合
参加費 500円
持ち物 タオル
服装 ストレッチしやすい服装
★サンドイッチとお茶をご用意いたします。

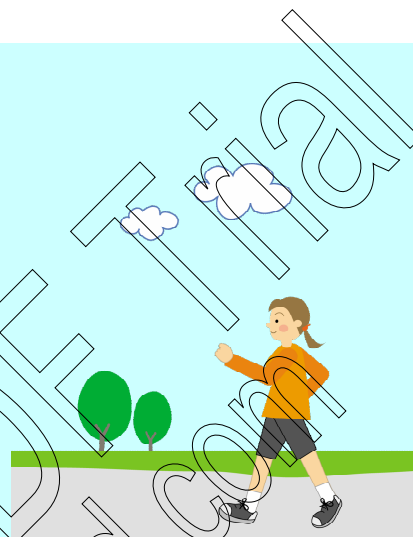
9時30分 トップ・ワークス集合

↓ウォーキング

10時～ ストレッチ 原地区センター

↓ウォーキング

12時 トップ・ワークス ※雨天の場合、ウォーキングのみ中止



受付締め切り 4月17日(火)

第5回はらまるクラブ開催です！

「はらまるクラブ」とは、お客様やはらまる通信読者のみなさまとの交流を目的とする会です。

待ちに待った春はすぐそこ。ポカポカ陽気に誘われて外にお出かけしたくなる季節になりました。そこで今回は花の香りを感じながらウォーキング、ストレッチで心と体をリフレッシュさせませんか？

三島市体育指導員として、ストレッチ&ウォーキング、ミニテニス等を指導されていた水口伊久代先生に、正しいストレッチとウォーキングの方法を教えてください。



参加ご希望の方は、ホームウェルレディ、岩崎・植松または

弊社 トップ・ワークス

フリーダイヤル 0120-54-6166

まで、ご連絡ください。

スタッフ一同、皆様のご参加をお待ちしております。

ホームウェル トップ・ワークス