

日頃お世話になっている皆様に感謝をこめて...

感謝祭 2017

まほろばクラブ南国の



健康パスポート対象!

参加ごとにヘルシーポイントシールを1枚 GET! 最大8枚!

ダンスコーナー

①~③の時間でA~Cのダンスを選択。
同じダンスを3回しても、全てのダンスを体験してもOK! 自分好みのダンスエクササイズ!

受付時間	9:30
①	10:00~10:30
②	10:40~11:10
③	11:20~11:50
ダンス A	スローエアロビック (サブアリーナ)
B	太極舞 (メインアリーナ)
C	DISCO WORLD (2F 会議室2)

スローエアロビック 普及員講習会

13:30~15:30 (会議室2)

インストラクターはもちろん!
興味のある方、どなたでも大歓迎!

健康パスポート対象外

キッズ遊びコーナー

13:00~16:30 (メインアリーナ)

スポーツ体験

13:00~16:30 (メインアリーナ)
卓球、バドミントン、フットサル etc

まほろば式ダイエット BootCamp と南国市食生活改善推進協議会のコラボ企画

南国市食生活改善推進協議会 試食コーナー

11:00~14:00
ダイエットフードの試食 & 簡単レシピ紹介

好評につき! 帰ってきた

まほろば式ダイエット BootCamp

15:00~16:30 (サブアリーナ)

体力測定

13:30~15:00 (サブアリーナ)
こどもから大人まで参加OK!

※イベント時写真撮影にご協力お願いします。記録用として保存し、一部広報用に使させていただきます。

10月21日(土)

<お申込み、お問い合わせ先>

NPO法人 総合型地域スポーツクラブ
まほろばクラブ南国

場所 南国市立スポーツセンター

TEL:088-865-8015 FAX:088-865-8016

主催: NPO 法人まほろばクラブ南国 共催: 高知県エアロビック連盟 後援: 株式会社スズキ自販高知 協力: 南国市食生活改善推進協議会・大塚製薬株式会社

<参加申込書>

きりとり

申込み締め切り 10月19日(木)

名前

年齢

ご連絡先

()の中から参加するものに囲んで下さい。

- ◆ダンスコーナー 10:00~10:30 (スローエアロビック・太極舞・DISCO WORLD・参加しない)
- 10:40~11:10 (スローエアロビック・太極舞・DISCO WORLD・参加しない)
- 11:20~11:50 (スローエアロビック・太極舞・DISCO WORLD・参加しない)
- ◆スローエアロビック指導者講習 (参加する ・ 参加しない)
- ◆試食コーナー (参加する ・ 参加しない)
- ◆まほろば式ダイエット BootCamp (参加する ・ 参加しない)
- ◆体力測定 (参加する ・ 参加しない)
- ◆スポーツ体験 (参加する ・ 参加しない)
- ◆キッズ遊びコーナー (参加する ・ 参加しない)