

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 )