

～みんなで歩いて美ボディに～

コロナ禍の中で、ちょっぴり体重が増えちゃったりしていませんか？寒い時期ではありますが、正しい歩き方を学び代謝を上げて、美ボディをめざしましょう！

日時：11月9日（月）10：00～11：00（雨天決行）

（受付9時45分から10時まで）

場所：昭和電工ドーム（ホワイエ）

持ち物：飲み物 タオル マスク 服装：紐靴 動きやすい服、寒くないように

募集人数：25名 多数の場合は抽選になります。当選者のみご連絡します

※子どもさんは、参加できません。

参加費無料
今回託児はありません

講師 住江 早苗先生

（健康運動指導士、管理栄養士、エアロビクス、アクアビクスインストラクター）

内容 正しい姿勢、効果的な歩き方、楽に歩ける方法など

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により中止になる場合もあります。その際は参加者の方に個別にご連絡致します。



futamegawa

【申込み方法】①申込書を提出する場合 下の申込書を×切までに担当、もしくはお店のカウンターに提出してください。

②メールの場合 件名に『歩いて』組合員番号、お名前を記入して、下記メールアドレスまたはQRコードにてお申込みください。

お問合せ先：oita.coop-coordinator.futame@docomo.ne.jp

締切 10/23（金）

コープおおいた二目川（結城）080-2705-0312（平日9：00～13：00）

コープおおいた二目川センター 097-520-4455（平日9：00～17：00）

きりとり↓

美ボディ申込書

二目川センター結城まで

組合員番号

お名前

（ ）（ ）
（ ）（ ）

締切 10月23日（金）

預かり証（組合員控）

美ボディ申込み

20 20 年 10 月 日

生活協同組合コープおおいた

（株）コープサービスおおいた

担当

