

脂肪バイバイ コンテスト

健康診断前にあなたも
チャレンジしてみませんか！

参加者募集

期間:2011年6月14日~7月14日まで

参加費:ほーらい館会員 1,000円

ほーらい館会員以外 5,000円

プログラム内容

- ・参加者全員 体成分測定+身長+腹囲計測
(初回+最終回)
- ・毎日の体重測定(朝+夜)1日2回グラフ作成
- ・ほーらい館での1日1回の運動
(個人プログラム作成)
- ・栄養士による栄養相談(随時受付)

- ・終了者には終了証書進呈
- ・最優秀者には表彰+副賞進呈
- その他 各賞

申込方法

6月10日までに保健センター・ほーらい館に
参加費を添えてお申込下さい。

