

2019年
新春

初歩き



健康チェック

2019年1月11日(金)13時～16時
高槻市城北町1-5-30
アビタ細川たかつき1階 店舗



アクティブライフサポーター
Active Life Supporter YU TO RI



パナソニック
エイジフリーショップ 高槻

参加
無料

JNFA公認インストラクターによる

初めてのノルディックウォーキング

(事前に申し込まいただいた方優先で受講可能)

2019年1月11日(金)
13:30開始～14:30終了予定

ノルディックウォーキングは、フィンランド発祥の専用ポールを使ったウォーキングです。
上半身を使うことで全身運動ができ、誰でも簡単に始められるスポーツです。

事前のお申込み・お問合せは下記へ

簡単測定

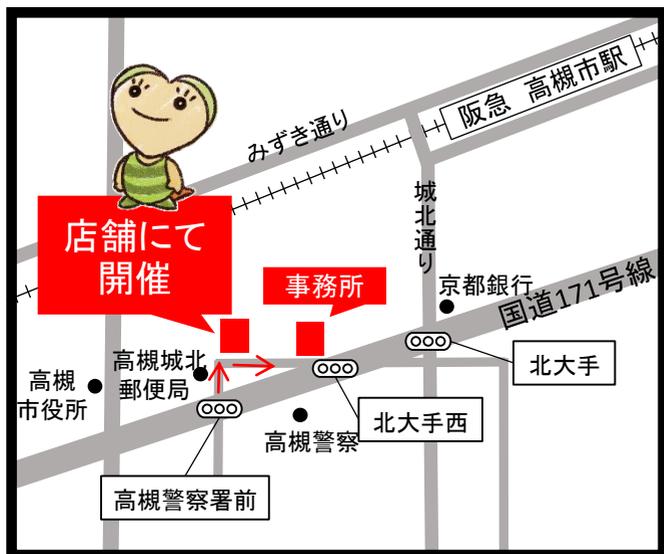
骨密度チェック
血管年齢チェック

健康状態を知ろう！

あたたか～い
甘酒
ご用意してます

ケアマネジャー・
健康介護コンシェルジュ
による

介護相談
&
健康づくりの
アドバイス



【お問合せ】
パナソニック
エイジフリーショップ高槻

株式会社
トップコーポレーション

高槻市城北町1-5-30
アビタ細川たかつき1階

TEL : 072-672-0825
FAX : 072-670-6668

www.topcorporation.com

