

あなたのハッピーにつながる！

# スロージョギング®

in しあわせの村 2020~2021

ハッピーなスロージョギング®を始めよう！

ハッピー その1

誰でも楽に走れる

ハッピー その2

ダイエットにつながる

ハッピー その3

生活習慣病予防につながる

ハッピー その4

何歳でも続けられる

ハッピー その5

体力・健康づくりはあなたのハッピー！！

一般社団法人日本スロージョギング協会

スロージョギング アドバイザー・小野が担当いたします

募集： 10名

集合： 温泉健康センター正面玄関内

時間： 10:00~10:50 (受付9:40~)

## ◆申込方法

温泉健康センターフロント もしくは お電話で  
お申込ください

※少雨で開催しますが 雨天は中止いたします

(前日18時頃 HPまたはお電話でご確認ください)

◆参加費(当日支払) **550円(税込)**



ウォーキングよりも  
消費カロリーが  
**なんと2倍！**



## 年間スケジュール

2020年

4月中止 10月17日(土)

5月中止 11月21日(土)

6月中止 12月19日(土)

7月18日(土) 2021年

8月15日(土) 1月16日(土)

9月19日(土) 2月20日(土)

3月20日(土)

## 【お問合せ・申込】

しあわせの村温泉健康センター

078-743-8040