

ダイエット プロジェクト

みんなで楽しく半日、
ダイエットを学びませんか？

『健康美人』

数値ではなく見た目で痩せる！！

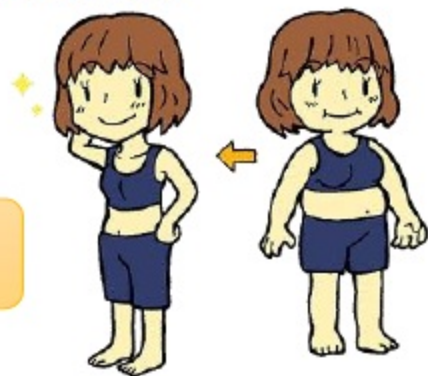
[ダイエットプロジェクト！]

普段身体を動かす機会の少ない子育て世代のお母さん方、中高年の運動が苦手の方々など仲間作りと1130の普及をかねてダイエットプロジェクトを計画しました！

- ☆プログラム1 ダイエット食事療法（講演）
- ☆プログラム2 自宅でも出来るダイエットエクササイズ（実演）

小さい子供さん（0歳から）お預かりします！
※申込時に予約お願いします。

申込締め切り 11月13日（金）まで



参加料 無料

募集人数 100名程度

【講師】

K bodyスポーツクラブ

門田 明德・下原 幸一郎氏

●お問い合わせ・お申し込み先
えびの市スポーツ推進委員協議会
〒889-4292 えびの市大字粟下 1292 番地
TEL0984-35-1111 市役所社会教育課
(内線482)

平成27年

11月21日（土）

えびの市民体育館
午前9～12時