

自分の診断数値を知っていますか

メタボ対策



《味覚があなたの体を作る》

各地でダイエットクラスを展開中の講師が、楽しく痩せる方法、健康に生きる方法を分りやすくお話しします。

当日は計測器の数値により具体的、実践的解説をしていきます。

(計測は素足で計りますので素足になれますように)

- 日時 : 平成 23年 4 月 10日 (日) 午後 1 時 30分 より
- 会場 : 鎌倉芸術館 第一会議室 (3F)

(プログラム)

午後 1 時 15 分	受付開始
午後 1 時 30 分	開 会
午後 1 時 40 分	講演開始 (数値計測)
午後 3 時 40 分	講演終了
午後 3 時 45 分より	平成 22 年度 総会
午後 4 時 45 分	終 了
午後 5 時 より	プログラム終了後 希望者は 辛党組 (3千円程度) 懇親会 甘党組 (1千円程度)

※ プログラムは変更することがありますのでご了承ください。

- 講師: 広瀬 敏夫氏 (県下でダイエット教室を主宰している健康管理士)
- 会費: 当日のみの参加者 500円 (資料代を含む)
- 問い合わせ先 : 井森 亮 Tel & Fax ; 0467-44-6055
- 会員の募集を行っております。詳細は上記問い合わせ先までご連絡ください。