

第1回立石健康祭り

日 程 2022年10月3日(月)

時 間 10:00～ 受付開始
10:30～ スタジオにてAGEs、歩行年齢測定
11:00～ アクアサーキットトレーニング
12:00～ スペシャルアクアダンス
12:45～ 再度AGEs及び歩行年齢測定
13:00～ 解散

受付開始 9月2日(金)11:00～
申込締切 9月24日(土)18:30まで ※定員にない次第受付終了となります
定 員 20名
価 格 ¥2,750
キャンセル 9月28日(水)18:00まで全額返金いたします

※以降のキャンセルにつきましては返金出来かねます

対 象 JSSの成人会員様
内 容 AGEs測定(最終糖化産物という体内の老化物質量の測定です)
歩行年齢測定、J-パドルバイク、水中トランポリン、
筋トレコーディネーション、スペシャルアクアダンス

～人生100年時代！～

「健康寿命をのほし、いつまでも自分の足で歩く生活をしたい！」
では今の自分はどんな自分ですか？今の自分(身体)を知っていますか？
姿勢は？歩行年齢は？AGEsのサビつき度は？
人の加齢現象や健康に関わる研究が近年進んでいます。
是非、この機会に測定をして「自分を知る」きっかけにしてみてもどうでしょう！

第1回立石健康祭り 申込書

No. _____

会員番号 _____

フリガナ
会員氏名 _____

年齢 _____

電話番号 _____

緊急連絡先 _____

持病等
特筆事項 _____

参加費 ¥2,750

合計 _____

誓約書

- ・当イベント参加にあたりスタッフの指示に従い、危険行為・迷惑を行いません。
- ・体調管理等は自己責任で行います
- ・体調が優れない、またケガなどあった場合すぐにスタッフに報告します

2022年 月 日 氏名： _____

印 _____