

Hi-Body イベント情報!!

●皆様のおかげです! Hi-Body永昌東町店は3周年!!

☆ **3周年イベント** 今回は、脳トレエクササイズをしようと思います。
7月7日(水) 昨年同様、色々な表彰もおこないますよ。いつもと
 違うHi-Bodyを楽しんで頂けるように、ただ今企画中です。

●継続は力なり! 2010!! どこまでいけるかチャレンジ!!



2月に日本縦断目指してスタートして、もう5ヶ月。
もうすぐ名古屋に到着という方や、最近入会されてスタートしたばかりの方も。
自分の運動ペースに合わせて進んで行きましょう!!

来年1月には、表彰や抽選会もありますので、楽しみにチャレンジしていきましょう。

●ジョギングボードレッスン 毎月20~22日



この3日間は、スタッフがJボードの動きをレッスンします。
脳トレに筋力アップなどなど、一緒に楽しみましょう!!
時間などは、事前に黒板ボードでご案内しますね。

●体重だけじゃわからない!! 測定週間 6月23日~30日

5月末の出来事・・・。
Aさん 「体重が変わってないから測定したくないです。」
スタッフ 「体重だけじゃわかりませんから計りましょう!!」
で、測定しました。

結果は、な、な、なんと!!
体脂肪-2kg、筋肉量+2kg、体脂肪率-3%
だったんです。

体重だけじゃ、わかりませんよ～

店内に貼っている活動報告の
掲示を見て、Eさんが一言。
『ちりも積もれば山となる
だよね～』



今月のエコキャップ活動報告

今回送付分 12,000個

現在 89,600個達成!!

7クチン-112人分

CO2削減-705.5kg分

たくさんのご協力、
ありがとうございます!

