

ダイエット・健康増進に！
ノルディックウォーキング
無料体験会 【水戸開催】



ウォーキング **初級** **会員無料** **用具貸出** **現地集合**

足腰にもやさしいのに、全身運動でカラダすっきり！キレイと健康にうれしいウォーキングをはじめよう

- 開催日時 2019年3月10日(日)・4月6日(土)・5月18日(土)・6月8日(土) 8:00集合～9時位まで 雨天中止
- 開催場所 水戸市・千波湖周辺コース 桜山第三駐車場集合/発着
- 参加費用 **無料** ※お申し込みにはナムチェバザール会員へのご入会が必要です。(入会金500円・年会費無料・有効期限なし)
- 申込み締切 開催前週日曜日×切
- 申込み定員 10名
- 申込み方法 下記お申込書にご記入の上、店頭へご持参かファックス送信にてお申込み下さい ※飛入参加はできません

体験会内容詳細



ポールはレンタルできます

ポールをつけて歩くだけで、二の腕・腹筋・お尻がキュッ！誰でも簡単に、どこでもできる「ノルディックウォーキング」。ダイエットにも最適！ぜひ、無料体験会で、この楽しさを実感して下さい。
キレイと健康に、いいんじゃない？一緒にキレイに、歩いちゃおう！

必要装備

- 必要装備は下記のとおりです
- 歩きやすい服装
- 運動靴
またはウォーキングシューズ
- 汗ふきタオル
- 飲み物など
- ※ウォーキングポールは貸し出します

※この企画は保険の加入無く行われる、現地集合解散の企画です。怪我などのリスクは完全にご自身負担になる点をご理解のうえ、下欄の申込書兼誓約書に参加者ご本人のご直筆署名をお願い致します。

ナムチェバザールノルディックウォーキング無料体験会【水戸】参加申込書・誓約書 各項目にもれなく必要事項をボールペンでご記入の上、各店頭またはFAXにてお申込み下さい

下記条項を良くご確認の上、ご署名・お申込み下さい。お申込み頂いた場合、下記条項にご同意されたものとして承ります。

この度、本イベント参加にあたり、私は自己の責任において参加するものであり、自立して行動できる体力を有し、参加時は主催者・ガイドの指示に従い、また、本イベントにおいて発生した事故、障害、損害等について、(株)ナムチェバザール及び他参加者に対する責任追及、損害請求、非難等は一切行わないことを誓います。また、撮影された写真等を公開する場合がありますことを承知します。

お申込日 年 月 日

フリガナ			性別	<input type="radio"/> 男 <input type="radio"/> 女	ナムチェバザール 会員番号		
お名前 (ご署名)					生年月日	西暦	年 月 日生
フリガナ							
ご住所	〒□□□□-□□□□						
TEL	自宅電話	-		FAX		-	
	携帯電話	-					
メールアドレス	@						
かならずメールアドレスをご記入の上でお申し込み下さい。開催のご案内などはメールにてお送りいたします。 ※アドレスに記載のない場合は緊急の中止以外当方からのご案内を差し上げませんのでご了承ください。							
緊急時連絡先	フリガナ			続柄		緊急時連絡先TEL	-

※ご記入頂いた内容は、個人情報保護方針に則って厳重に管理し、弊社グループよりの適切なサービスご提供のためのみ利用させていただきます。

社内記入欄： 受付担当

お問い合わせ TEL : 029-231-8848 お申込み FAX : 029-222-2121

ダイエット・健康増進に！ ノルディックウォーキング 無料体験会【つくば開催】



ウォーキング **初級** **会員無料** **用具貸出** **現地集合**

足腰にもやさしいのに、全身運動でカラダすっきり！キレイと健康にうれしいウォーキングをはじめよう

- 開催日時 2019年3月10日(日)・4月6日(土)・5月18日(土)・6月8日(土) 8:00集合～9時位まで 雨天中止
- 開催場所 TXつくば駅周辺コース 南1駐車場集合/発着
- 参加費用 **無料** ※お申し込みにはナムチェバザール会員へのご入会が必要です。(入会金500円・年会費無料・有効期限なし)
- 申込み締切 開催前週日曜日×切
- 申込み定員 10名
- 申込み方法 下記お申込書にご記入の上、店頭へご持参かファックス送信にてお申込み下さい ※飛入参加はできません

体験会内容詳細



ポールは
レンタル
できます

ポールをつけて歩くだけで、二の腕・腹筋・お尻がキュッ！誰でも簡単に、どこでもできる「ノルディックウォーキング」。ダイエットにも最適！ぜひ、無料体験会で、この楽しさを実感して下さい。
**キレイと健康に、いいんじゃない？
一緒にキレイに、歩いちゃおう！**

必要装備

- 必要装備は下記のとおりです
- 歩きやすい服装
- 運動靴
またはウォーキングシューズ
- 汗ふきタオル
- 飲み物など
- ※ウォーキングポールは貸し出します

※この企画は保険の加入無く行われる、現地集合解散の企画です。怪我などのリスクは完全にご自身負担になる点をご理解のうえ、下欄の申込書兼誓約書に参加者ご本人のご直筆署名をお願い致します。

ナムチェバザールノルディックウォーキング無料体験会【つくば】参加申込書・誓約書

各項目にもれなく必要事項をボールペンでご記入の上、各店頭またはFAXにてお申込み下さい

下記条項を良くご確認の上、ご署名・お申込み下さい。お申込み頂いた場合、下記条項にご同意されたものとして承ります。

この度、本イベント参加にあたり、私は自己の責任において参加するものであり、自立して行動できる体力を有し、参加時は主催者・ガイドの指示に従い、また、本イベントにおいて発生した事故、障害、損害等について、(株)ナムチェバザール及び他参加者に対する責任追及、損害請求、非難等を一切行わないことを誓います。また、撮影された写真等を公開する場合はご了承を承ります。

お申込日 年 月 日

フリガナ			性別	男 女	ナムチェバザール 会員番号		
お名前 (ご署名)					生年月日	西暦	年 月 日生
フリガナ							
ご住所	〒□□□□-□□□□						
TEL	自宅電話	-			FAX	-	
	携帯電話	-				-	
メールアドレス	@						
かならずメールアドレスをご記入の上でお申し込み下さい。開催のご案内などはメールにてお送りいたします。 ※アドレスに記載のない場合は緊急の中止以外当方からのご案内を差し上げませんのでご了承ください。							
緊急時連絡先	フリガナ	続柄		緊急時連絡先TEL		-	

※ご記入頂いた内容は、個人情報保護方針に則って厳重に管理し、弊社グループよりの適切なサービスご提供のためにのみ利用させていただきます。

社内記入欄： 受付担当

お問合せ TEL : 029-875-8848 お申込み FAX : 029-875-8866