

健康サポート薬局 情報発信の取組み スマート ライフロング プログラム 健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2024 年 8 月 14 日

| | |
|-------|------------------------------------------------------------------------------|
| 申請企業名 | 薬樹株式会社 |
| 開催店舗名 | 薬樹薬局 鷺沼 |
| 店舗住所 | 神奈川県川崎市宮前区鷺沼丁目2番地6 鷺沼センタービル1階 |
| 催事名 | その他・新規 体ひきしめ部 |
| 開催日 | 2024年7月20日 |
| 催事内容 | 「体ひきしめ部」を開催しました。 真剣に筋トレに取り組んでいただき、体成分分析の測定結果でモチベーションを高めていただくことができました。 |

活動写真

20代～50代位までの、運動したいけどきっかけがない方へ!!

スポーツインストラクターと薬剤師・管理栄養士による

体ひきしめ部 活動中!

【部活目標】

筋肉をつけよう!!

- ・年齢を重ねても元気に歩ける体へ
- ・シルエットを美しく
- ・出産前のポディーへ
- ・冷え性改善 など

参加費 **500円 / 1日**

※ 個人と側席部 (¥88,000) の会員は無料で参加できます。

【準備物】

動きやすい服装、運動靴、飲み物、バスタオル (マットに敷く用)、汗ふきタオル

月1回 体組成計で筋肉量・体脂肪率などを測定します <測定日: 7/6, 7/20 >

スポーツクラブのインストラクターの指導の元、筋トレなどの運動をします。お気軽にスタッフまでお声掛けください。

開催日時 毎月継続予定です!

7/6, 7/20

★…インストラクターの直接指導が受けられる日 ★…計測日

朝8:00～9:00

【ご予約受付】 ● 薬樹薬局 鷺沼

TEL 044-871-7275

【開催場所】 ● 薬樹薬局 鷺沼2号店

〒216-0004 神奈川県川崎市宮前区鷺沼3-2-9 鷺沼センタービル地下1階

学校教育法上で定められた正規の大学ではありません。 (〒100-8302 東京都千代田区千代田1-3-1)