

ゴールドクラブ **参加無料** 会員限定イベント

毎月第4金曜日は カラタン 健康チェック

体 力 測 定

10:00～15:00 / 受付14:30まで

★受付・測定：コミュニティパーク

■参加方法 所要時間/約15分

① 受付でゴールドクラブカードを提示
健康チェックシートを受け取る

② 会場の健康・体力チェックに参加

- ・立ち上がり5回筋力チェック
- ・開眼片脚立ちチェック
- ・ファンクショナルリーチチェック(身体機能)

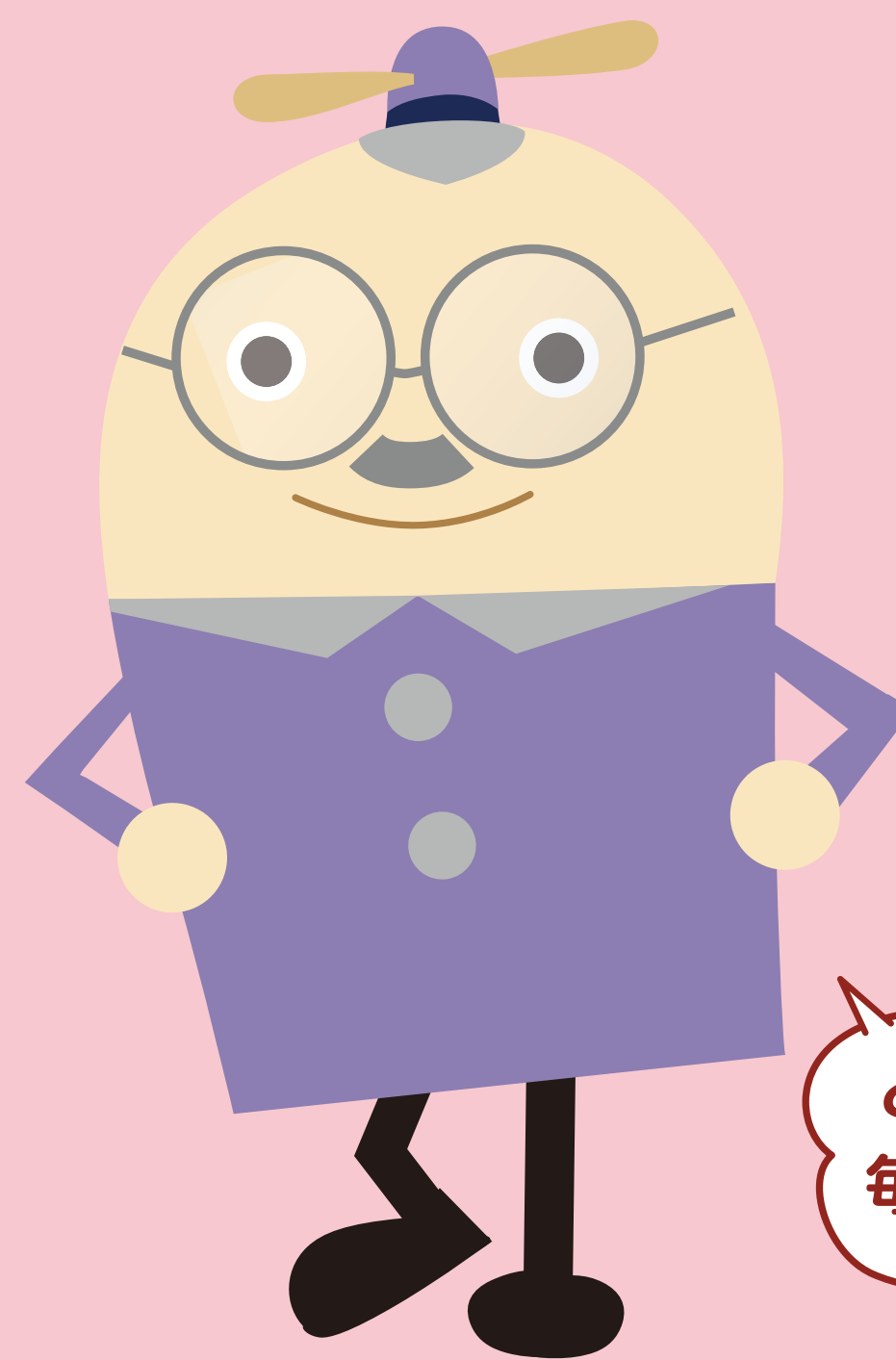
③ シートに記録しスタッフへ提示

※受付状況によりお待ちいただく場合があります。

●ゴールドクラブ未入会の方は、入会申込書に必要事項をご記入いただき、身分証明書を
ご提示のうえお申込みください。その場でゴールドクラブカードをお渡しします。



セブンカフェコーヒー
1杯プレゼント



脚腰の筋力
まだまだね!

どれだけできるか
毎月チェックしよう

※ご参加希望の方は14時30分までに受付をしてください。(会場15時終了) チェック後にスタンプを押印します。(お一人様1回限り)
※受付終了後は押印できません。ご了承ください。

※イベントは予告なく変更・中止になる場合があります。

毎月15日・25日は、お買い物がおトク!!

カラフルタウン シニアライフ を 楽しもう!

ゴールドクラブ会員募集中!

60歳以上の方が対象になります。

●お申込みは1F総合インフォメーションまで。

入会金・年会費 無料

イベント会場にて(14:30まで)

当日ご入会の方
粗品プレゼント



※写真はイメージです。