

ここにペースで誰でもできる！

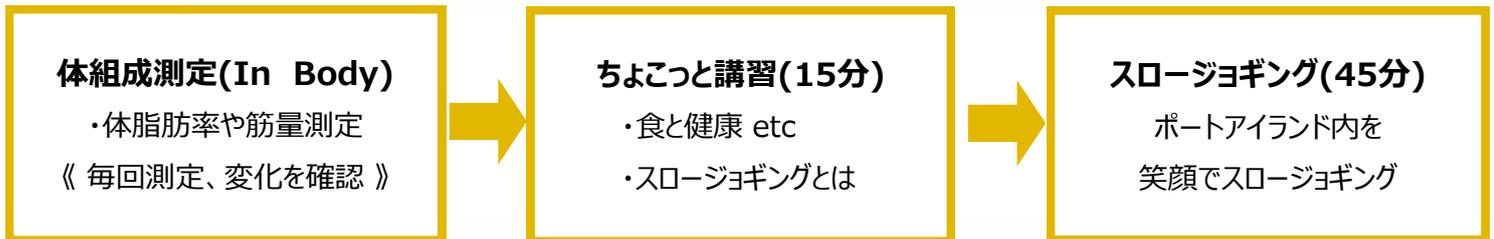
スロージョギング® 教室



【日程】 ①9/15 ②10/20 ③11/17 ④12/15 ⑤1/19 ⑥2/16 各日曜日

【時間】 10:30a.m.～12:00 noon (受付10:00a.m.)

スケジュール



参加料

- ◆浴室・サウナ利用付
1回 2,000円
全6回 10,000円
- ◆ランチ付 (ご予約制)
1回 3,900円
全6回 19,500円

※ランチはSOCO、京和田、SAKUよりチョイス
※消費税・サービス料込み

《指導》

山根 秀範 (神戸ポートピアホテル 事業部)
日本スロージョギング協会
アドバンス資格認定者
健康運動指導士

曾根 彩花 (神戸ポートピアホテル 調理部)
管理栄養士

健康のこと、
気になるなら、
はじめよう。



MY CONDITION KOBE

参加者には、健康アプリ「MY CONDITION KOBE」
で利用可能な健康ポイント **20P** をプレゼント！

「MY CONDITION KOBE」は神戸市が運営する、市民の健康管理をサポートするアプリ。神戸市民で、スマホをお持ちの方はどなたでもご利用可能です。アプリご登録がまだの方はぜひこの機会に登録ください。詳細は、「MY CONDITION KOBE」で検索。



「健康創造都市KOBE推進会議」に参画・協力しています。本イベントは「MY CONDITION KOBE」健康ポイント対象です

《主催》神戸ポートピアホテル 《協力》一般社団法人日本スロージョギング協会/神戸市保健福祉局

〒650-0046 神戸市中央区港島中町6-10-1

■無料シャトルバス 20分毎に運行！

《ホテル - 三宮 - 新神戸》

■駐車場450台

ポートピアホテル

ご予約・お問い合わせは…
フィットネス&スパ「ルアナ」

Tel. 078-303-5211(直通)