



水中ポールウォーキングは、専用のポールを使い、プールでウォーキングを行う、新しいトレーニング方法です。浮力による下肢の負担軽減とポールによる歩行の安定性が期待できます。



◇ 整形外科医、リハビリテーション専門医、看護師、理学療法士が同行参加し、皆様に医療上のご不便をおかけすることがないように留意します。詳しくは、下記担当までお問合せください。

◇その他

- ①100歳までウォーキング会への入会については、下記事務局までお問い合わせください。
- ②ノルデックポールはレンタルもあります。(300円現地払) 参加申込書にその旨 お書き添えください。
- ③宅配便等でご自身のポールを送付する場合、期日指定で下記にお送り下さい。

スタッフがお預かりし現地にお運びします。送料はご負担下さい。 期日指定日 9月8日(金)

郵送先 〒406-0004 山梨県笛吹市春日居町小松855-6 ふじ苑 橘田宛 0553-26-5001

◇取消料 ご入金後、お客様ご都合によりツアーの参加を取り消される場合、旅行代金に対してお一人様につき下記の料率で取消料をいただきます。

取消日	21日前	20～8日前	7～前日	当日
取消料率	無料	20%	40%	100%

◇本ツアーについてのご質問、お問い合わせは下記迄お願いします。

事務局長：大高 一夫 090-1129-1470
 旅行担当：大島三智子 o.meema57@ezweb.ne.jp
 内山 朱実 090-8302-9806 菊島 時雄 090-3149-1990
 富士温泉病院：橘田 泉 0553-26-5001

◇ 申込先

〒384-0061 長野県小諸市加増上の平 561-2

(株)キザキ 担当/小林 泉 営業時間(9:30～17:00) (土日)休み/祭日出勤

電話 0267-31-0255 FAX 0267-23-5556

◇振込先：以下の金融機関でお手続きください。(振込手続き期限7月31日)

1. 郵便局から (受取人口座番号)記号10150 番号29244571 (受取人名)100歳までウォーキング

2. 銀行から ゆうちょ銀行 総合口座(店番)018(口座番号)2924457(口座名)100歳までウォーキング