

はっらっ健幸推進大会

参加  
無料

# けん ころ 健幸フェスティバル

6/25<sub>木</sub>-26<sub>金</sub> 10:00 START

イオンモール新小松内の3カ所でイベントを行っています。

in ソフィアテラス

## 運動教室体験

毎月開催している運動教室が、お試し体験できます。

【6/25<sub>木</sub>】

### リフレッシュヨガ教室 体験

講師：山岸 陽子



- ①11:30～12:00
- ②14:30～15:00
- ③15:15～15:45
- ④16:00～16:30

要予約

定員：各5名

【6/26<sub>金</sub>】

### バランスボール教室 体験

講師：塩 葵



- ①10:30～10:50
- ②11:15～11:35
- ③13:45～14:05
- ④14:30～14:50

要予約

定員：各6名



リフレッシュヨガ教室、  
バランスボール教室の  
ご予約はこちらから

イオンモール新小松 2F

【6/25<sub>木</sub>・26<sub>金</sub>  
10:00～16:00】

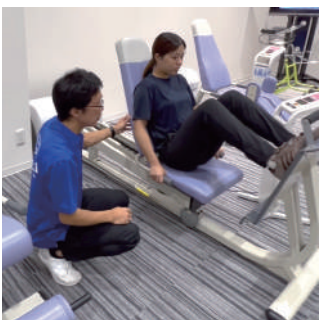
## 健康チェック&運動指導

InBody測定と体力測定で健康状態をチェックします。自分に合った運動を理学療法士に教えてもらいましょう。



## フィットネス体験

ソフィアテラス内のフィットネス機器を使って、運動してみましょ。



in イオンホール

イオンモール新小松 3F

【6/25<sub>木</sub> 13:00～14:00】

## 特別講演会



小松ソフィア病院  
消化器内科医

山宮 大典

「胃がん・大腸がんの  
予防と早期発見」

要予約



ご予約はこちら

in 祭広場

イオンモール新小松 1F

【6/25<sub>木</sub>・26<sub>金</sub> 10:00～15:00】

## 筋力測定・握力コンテスト

参加者にガラポン抽選券を配布しています。



イベント全体の詳細はイオンモール新小松のHPをご確認ください。

in ソフィアテラス

## ガラポンチャレンジ!

運動器具や  
生活雑貨など  
ステキな景品が  
当たるかも!?



お問い合わせ

ソフィアテラス

TEL:0761-46-5382

〒923-0862 石川県小松市清六町315番地  
イオンモール新小松2F  
営業時間:10:00～18:30  
定休日:土曜・日曜・祝日・年末年始

