

# チャレンジ 2008 手と手をつないで 健康づくり・仲間づくり・地域づくり



## 5月28日 (水) 午前0時～午後9時 全国一斉開催!!!

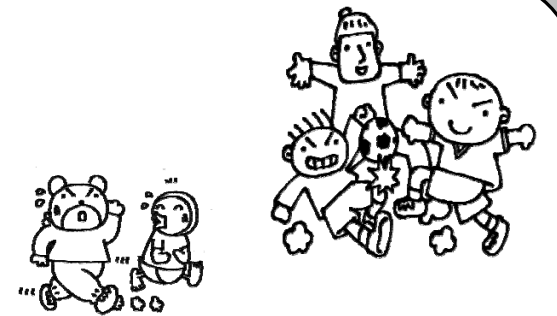
チャレンジってこんな事です。

15分間でできること

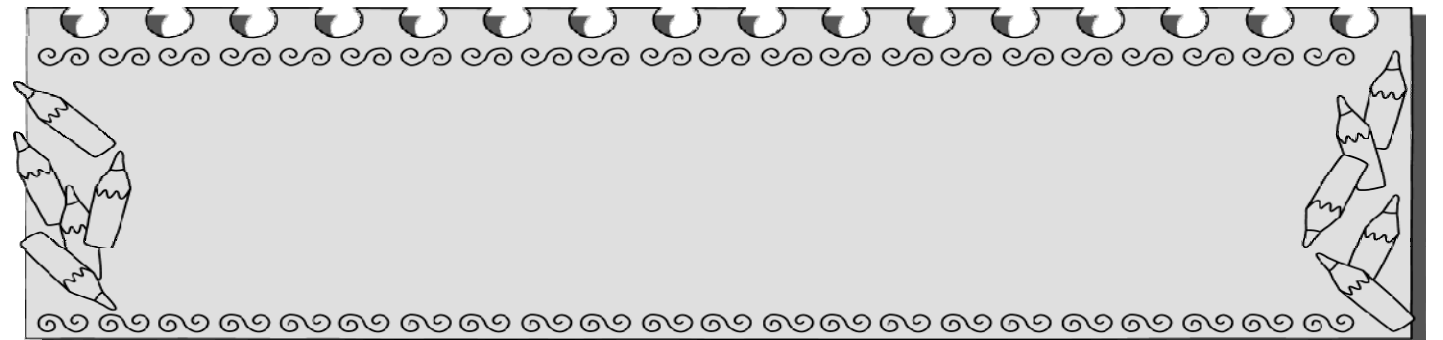
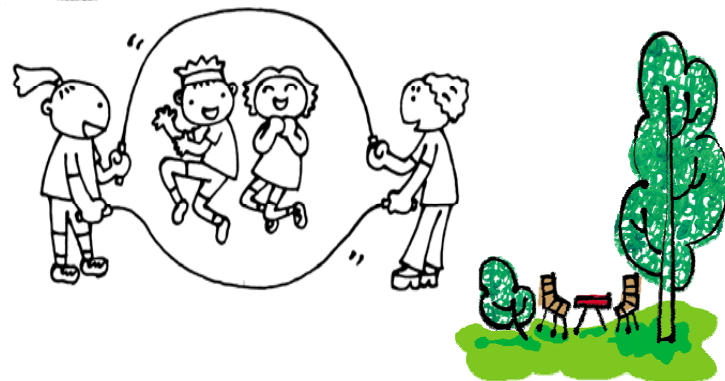
5月の最終水曜日 午前0時から午後9時までの間  
[チャレンジ]

1日15分以上の継続した運動にトライしてみましょう!!

15分以上、身体を動かしたら、是非報告をお願い致します。  
東大宮地区全員で頑張ろうじゃないですか!!  
スポーツと言う意識でなく、気軽に体を動かす事が大切です。



こんなこともできるよ



NPO法人 東大宮スポーツクラブ

Tel 20-6122 Fax 48-6133

携帯 090-7380-3256



