

原信・ナルス、各メーカー様

おすすめ品  
+ 健康レシピ

参加者様全員に  
**プレゼント!**

各店先着20名様

# 原信ナルス ウォーキング DAY

**参加費無料!**

**どなたでもご参加いただけます**

※小学生以下は保護者同伴

## 感染予防対策

- ・検温、消毒、マスク持参にご協力ください。
- ・当日、発熱や体調の悪い方は、参加をご遠慮ください。

## 日時・場所

### 開催時間

**9:00~11:00**  
(受付開始8:30~)

① **10月14日(土)**

〈原 信〉シビックコア店、西小千谷店、川窪店、錦町店  
〈ナルス〉直江津東店

② **10月15日(日)**

〈原 信〉来迎寺店、十日町北店、女池店、村上インター店

## スケジュール

- 8:30 受付開始
- 9:00 ウォーミングアップ
- 9:20 ウォーキングスタート
- 10:40 健康セミナー
- 11:00 終了



## お申し込み

対象店舗のサービスカウンターでお申し込みください。

各店舗先着**20**名様になり次第、締め切りいたします。

## 概要〈小雨決行〉

※大雨等で歩行困難な場合は、カフェコーナーで軽い運動と健康セミナーのみを開催して終了。

### ①ウォーキング(約3km)

歩き方講習の後、各店舗の周辺を、ウォーキング指導員と一緒に歩きます。

### ②健康セミナー

食事と運動についてのミニセミナーです。日頃の生活習慣を見直してみませんか?

### ③初心者向け団体歩行

## 持ち物

歩きやすい靴、タオル、帽子、雨具(雨天の場合)  
※お店でペットボトル飲料を1本ご用意します。

主催／原信・ナルス 協力／NPO法人新潟県ウォーキング協会 後援／新潟県  
共催／江崎グリコ(株)、エバラ食品工業(株)、キューピー(株)、キンビバレッジ(株)  
サントリーフーズ(株)、日清オイリオグループ(株)、ネスレ日本(株)  
はごろもフーズ(株)、(株)ブルボン、マルハニチロ(株)、森永製菓(株)  
(有)ヤスダヨーグルト、ヤマサ醤油(株)、雪印メグミルク(株)、(株)ロッテ

お問合せ先 原信本部

TEL **0120-811-655**  
(日曜を除く9:00~18:00)