

# チャレンジ 100

『チャレンジ 100』カードを発行しております。参加ご希望の方は  
受付まで問い合わせください。

## 内容

○入場毎(1日1回)、受付にてカードに押印いたします。

○発行日から1年間で100日を達成したら**達成証**をお渡しいたします！！

みほん

表

<p>チャレンジ100 (このカードを手にしたあなたへ)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・「3日に1度は」の運動習慣で年間100日を目指しましょう。</li><li>・日頃から、健康維持・体力づくりを心がけましょう。</li><li>・身も心もリフレッシュして、ストレスの解消にお役立てください。</li></ul> <p>【実行手段】</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・入場毎に、所定のスタンプを押印してください。(1日1回)</li><li>・100日を達成しましたら受付に提示してください。</li></ul> <p>【ルール】</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・運動の前には必ず体調をチェックして、楽しく、無理せず快適にチャレンジしましょう。</li><li>・準備、整理運動も大切な運動です。怠らないようにしましょう。</li><li>・有効期限は発行日より1年間です。</li></ul> <p>指定管理者、サンアムニティ・小淵警備保障・日本水泳振興会グループ</p>	<p>あずまウォ〜タ〜ランド</p> <p><b>CHALLENGE 100</b></p> <p>チャレンジ100</p> <p>スタート 年 月 日</p> <p>住所 _____</p> <p>No. _____ 氏名 _____</p>
---	--

(注意) 体調をチェックして無理なく楽しくチャレンジしてください。