

オンライン

アイシン健康保険組合

# スタイルアップセミナーのご案内

対象：18歳以上の被保険者・被扶養者

## セルフ体力チェック & おすすめホームエクササイズ

2023年2月18日 土曜日

※ 2部入替制：セミナー内容は同じです

<1部> 9時30分～10時30分 <2部> 11時00分～12時00分



- セミナー概要 [約60分] ①自宅でできるセルフ体力チェック  
②体力維持・向上のためのホームエクササイズ
- 必要なもの：椅子(安定したもの)・タオル・飲み物

### お申し込み方法・注意事項

申込期限 2月12日(日)

・お申込みは下記アドレスもしくはQRコードにある申込フォームよりお願いします。

<https://forms.gle/C928Pn5GiDawNrw68>

※アイシン健康保険組合ホームページからお申し込みできます

・本セミナーはスマホ、パソコン、タブレットを利用したオンラインセミナーです。

参加にはZOOMが利用できる環境が必要となります。

・開催時間はお申込み多数のため、**2部入替制**となっております。1部、2部共にお時間の指定はできません。

参加時間については、後日お申込みされたメールアドレスへお知らせ致します。



### スタイルアップセミナー参加キャンペーン

3月末にプレゼント予定

被保険者様：**PepUp** 500ポイント／被扶養者様：QUOカード500円分

#### キャンペーン対象条件

本キャンペーンの対象で、以下の条件を満たした方に参加特典をプレゼントいたします。

- 1.本セミナーに**参加者本人が申し込み**をして、セミナー当日に**セミナー開始から終了まで全て受講**をしていること
- 2.本セミナーの参加確認として**ZOOMのチャット機能【事務局宛て】で氏名を送っていること**
- 3.セミナー後の事後**アンケートに回答**をしていること

※本人のお名前が確認できない場合や、60分の受講時間が確認できない場合は、キャンペーン対象外となりますのであらかじめご了承ください