

TIPNESS

【みんなで歩活2024秋 応援イベント】

目指せ20分で2000歩!

# 室内ウォーキング LIVEレッスン



開催  
日時

2024年11月6日, 13日, 20日, 27日

毎週水曜日 12:30~12:50

DAY1

11/6

簡単リズム

DAY2

11/13

在宅ワーク疲れ解消

DAY3

11/20

代謝アップ

DAY4

11/27

脂肪燃焼

参加方法・詳細



富士通健康経営事務局