月刊 マタドールくん

２０２２年 ７月号
NO.１３

注目 ～富士登山合宿に行ってきます！～

７月３０日・３１日の１泊２日で富士登山に挑戦をします！ 富士登山合宿の最初の募集を始めた月頃からもう気がつけば今月末ですね。
一緒にいかれる皆さんはもう準備をされていますか？？ 富士山に一度は登ってみたいと思ったことのある方も沢山いらっしゃるのではないでしょうか。
そんな方々の夢が叶えられるように！マタドールが全力サポートをさせていただいています。
富士登山に向けてオンラインでのサポートイベントや伊吹山の実践登山練習、パーソナルトレーニングやストレッチなど様々な形でサポートをさせていただいています。
皆さん一緒に、最後まで楽しく頑張りましょうね！

富士山に向けた
トレーニング

案内 ～肩の柔軟性選手権～

７/1～7/31にかけてストレッチ回数券利用の方限定！！肩の柔軟性選手権を行います！

【特典】

①柔軟性テストを行い1番結果が良かった方
②期間内に1番柔軟性が向上した方
各1名に30分ストレッチプレゼント！！

下記の写真は社員の阿部の記録です！皆さんも1度行ってみてください！！
マタドールでは毎週ストレッチコラムの更新をしているのでストレッチについてお悩みの方は是非ご覧ください。

マタドール
ストレッチコラム

案内 ～かき氷RUN2022開催決定！～

沢山のお客様からのお声があり、この度リベンジかき氷RUNを開催いたします！
今年こそ今井総本家のかき氷を食べに行きましょう！
かき氷ランは8月13日開催です。
ゆっくりのランニングなのでどなたでもご参加いただけます。
もちろんランニング後にはお風呂に入れますよ！
皆さん是非ご参加ください

かき氷RUN2022
詳細ページ

伊吹山

富士登山合宿に向けての事前サポートイベントとして伊吹山登山を行いました！
登山口の０合目から山頂まで往復約８時間でした。
伊吹山は富士登山の練習としてとても最適と言われています。
日向がとても多く、日陰があまりないところが富士山に似ていて温度調節や日除けなどの対策に最適です。
山頂ではご飯や冷たいデザートなどが販売されていて、休憩時間を皆さん思い思いに過ごされていましたね。
富士登山に参加される方、されない方いろんな方にご参加いただきありがとうございました 。

記事担当：後藤優奈

【発行元】
株式会社マタドール
０５２－２６５－６３６４