

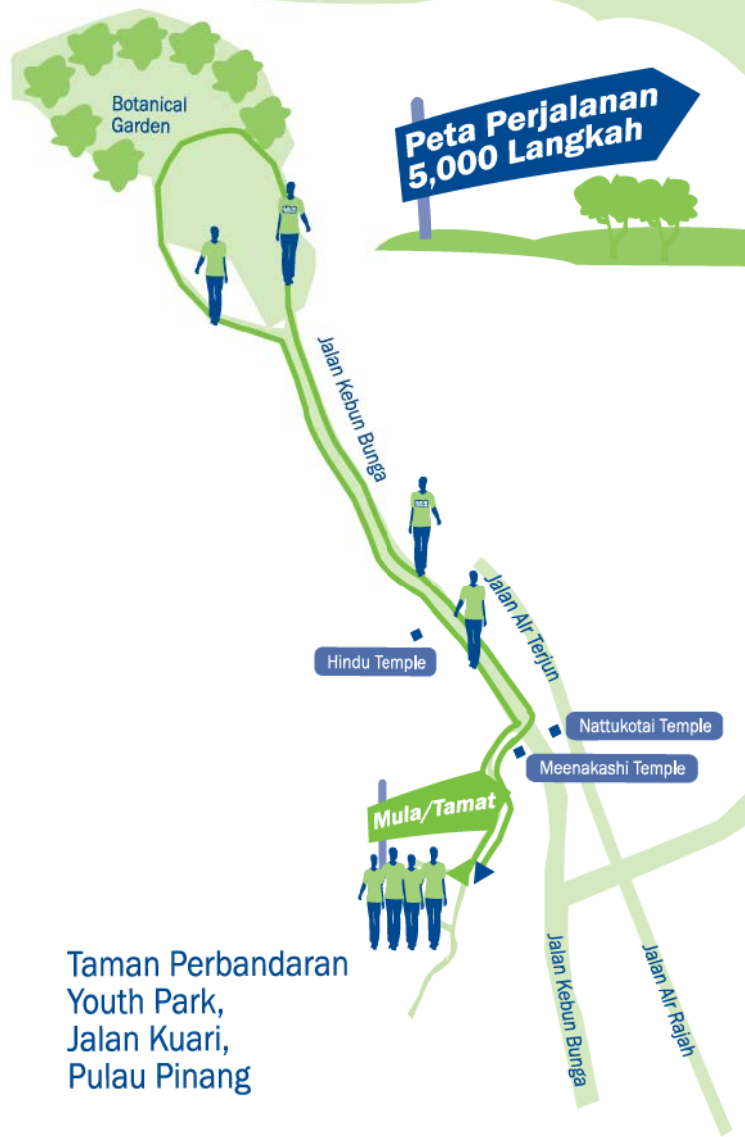


Pendaftaran

Berkenaan dengan Borang Pendaftaran, sila rujuk kepada butiran di bawah:

Lokasi	Right Group Sdn Bhd/EFX Services Sdn Bhd 1-12A-15 Suntech@Penang Cybercity, Lintang Mayang Pasir 3, 11950 Bayan Baru, Pulau Pinang
Tarikh Penyertaan	7 Sept 2011 hingga 14 Okt 2011
Waktu Urusan	Isnin - Jumaat ♦ 9:00 pagi - 4:00 ptg
Tel Faks	♦ 04 6403 700 ♦ 04 640 3707
Lokasi	RMZ Entertainment No. 88-B, Jalan Perai Jaya 2, 13600 Bandar Perai Jaya, Perai
Tarikh Penyertaan	7 Sept 2011 hingga 14 Okt 2011
Waktu Urusan	Isnin - Jumaat ♦ 9:00 pagi - 4:00 ptg
Tel Faks	♦ 04 398 7060 ♦ 04 398 4350

PERHATIAN :
Kanak-kanak di BAWAH 7 TAHUN, TIDAK PERLU mendaftar kerana pihak penganjur TIDAK menyediakan Kemeja-T dan Kupon Cabutan Bertuah untuk mereka.



Taman Perbandaran Youth Park, Jalan Kuari, Pulau Pinang

WORLD WALKING DAY



5:30 pagi - 11:00 pagi

20 November 2011, Ahad

Taman Perbandaran (Youth Park), Jalan Kuari Pulau Pinang

Kemeja-T PERCUMA untuk 3,000 pendaftaran yang pertama

Sarapan Berkhasiat Nestlé



Good Food, Good Life



Undangan dari Pengarah Urusan



Warga Malaysia yang dihormati,

"Pada 20hb November 2011, Nestlé Malaysia akan menganjurkan World Walking Day di enam (6) lokasi di seluruh Malaysia pada waktu yang sama dengan tujuan untuk menggalakkan orang ramai menghayati keseronokan dan kebaikan berjalan kaki.

Saya dengan sukacitanya mengajak anda untuk memulakan dengan mengajak ahli keluarga, kawan dan rakan sekerja anda berjalan bersama-sama ke arah gaya hidup yang lebih sihat."

Harap berjumpa anda semua pada 20hb November 2011.

Peter R. Vogt
Pengarah Urusan
Nestlé (Malaysia) Berhad

Tips Berjalan Kaki

Berjalan kaki adalah satu senaman yang mudah dilakukan. Anda cuma memerlukan sepasang kasut yang sesuai, baju yang selesa dan motivasi untuk bergerak.



Pastikan anda minum air secukupnya sebelum, semasa dan selepas berjalan kaki.



Lakukan regangan panaskan badan sebelum anda bermula



Mula berjalan dengan langkah yang perlahan, berhenti dan lakukan regangan sepanjang perjalanan.



Akhiri sesi berjalan kaki dengan regangan menyejukkan badan.

Aturcara

- 5:30pagi ♦ Penyerahan Kemeja-T
- 7:00pagi ♦ Ketibaan Tetamu-tetamu
 - ♦ Senamrobik
- 7:20pagi ♦ Ketibaan Y Bhg Ar. Hajjah Patahiyah Binti Ismail Yang Dipertua, Majlis Perbandaran Pulau Pinang
- 7:25pagi ♦ Ketibaan YB Puan Lydia Ong Kok Fooi EXCO Belia & Sukan, Pembangunan Wanita, Keluarga & Komuniti
- 7:30pagi ♦ Pelepasan Peserta World Walking Day oleh YB Puan Lydia Ong Kok Fooi
 - ♦ Lawatan ke Gerai-gerai Aktiviti
 - ♦ Sarapan Berkhasiat Nestlé
- 9:00pagi ♦ Ucapan Aluan oleh Wakil Nestlé
 - ♦ Ucapan oleh YB Puan Lydia Ong Kooi Fooi EXCO Belia & Sukan, Pembangunan Wanita, Keluarga & Komuniti
 - ♦ Penyampaian Hadiah Misteri
 - ♦ Persembahan Pentas
 - ♦ Aktiviti Permainan
 - ♦ Cabutan Bertuah
 - ♦ Tamat

Jika anda ada sebarang pertanyaan, sila berjumpa dengan kakitangan kami yang memakai Kemeja-T berwarna biru

1

2

3