

# OUTDOOR FITNESS

ALL OVER YOUR TOWN



## ノルディックウォーキング

- 開催日： 10月1日（日）・15日（日）・29日（日）
- 会場： 10:30～11:45
- 対象： 戸吹スポーツ公園 原っぱ広場
- 参加費： 18歳以上
- 定員： 500円（保険代含む）ポールは100円で貸出
- 申込方法： 15名

事前にお申し込みが必要です。

詳細は公園事務所までお問合せください。

### 【インストラクター紹介】

箭内 洋平 Yanai Youhei



どんな小さいことでも年齢、性別に関係なく、「楽しさ」「喜び」を分かち合うことをモットーに、日々の健康づくりで「楽しさ」「喜び」を大切に参加いただく皆様にサポートします！丁寧なインストラクションに定評があり、様々なプログラムの基礎をしっかりと伝え、心地良い時間を提供する指導を行っています。



- 健康運動実践指導者
- 幼児体育指導
- アウトドアフィットネス協会公認インストラクター
- 日本赤十字救急法救助員
- Body Element System JAPAN 認定マットピラティス



お問合せ：戸吹スポーツ公園 ☎ 042-691-2288 FAX 042-696-3320