

# OUTDOOR FITNESS

ALL OVER YOUR TOWN



## グリーンピラティス

- 開催日：9月3日（日）・17日（日）11:00～12:15
- 会場：戸吹スポーツ公園 原っぱ広場
- 対象：18歳以上
- 参加費：500円（保険代含む）マットは100円で貸出
- 定員：20名
- 申込方法：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をサポートします！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