

8月

# アウトドアフィットネス

レッツ・エンジョイ・フィットネス！ 初心者大歓迎！

## 1 さわやかグリーンヨガ ～芝生の上でリフレッシュ～



開催日: 8月18日(日)  
時間: 9:30～10:45  
定員: 15名 \*18歳以上



グリーンヨガ教室 会員募集中!!

<スタート・キャンペーン中>

\*9月まで入会の方

月額3,000円→2,500円

毎週月曜日(月4回) / 10:00～11:15

## 2 ノルディックウォーキング ～緑感じてウォーキング～

開催日: 8月4日(日)  
時間: 9:30～10:45  
定員: 15名

\*18歳以上



## 3 親子ボルダリング ～ボルダリング・ファミリー集合！

開催日: 8月25日(日)  
時間: 9:30～10:45  
定員: 5組10名

\*18歳以上の保護者と小学生



## 4 CHALLENGE KIDS KIDSボルダリング

開催日: 8月11日(日)  
時間: 9:30～10:45  
定員: 10名 \*小学生のみ



参加資格(プログラム番号表記)

- ①・② 18歳以上
- ③ 18歳以上の保護者と小学生
- ④ 小学生のみ

お問合せ先 ☎ 042-691-2288

FAX 042-696-3320

主催: 指定管理者 スポーツコミュニティ戸吹

8月

# アウトドアフィットネス

レッツ・エンジョイ・フィットネス！ 初心者大歓迎！

1

## さわやかグリーンヨガ ～芝生の上でリフレッシュ～

開催日：8月18日(日)

時間：9:30～10:45

定員：両日15名 \*参加資格18歳以上



女性インストラクターが丁寧に指導します★  
初心者も安心してご参加ください！！



2

## ノルディックウォーキング ～緑感じてウォーキング～

開催日：8月4日(日)

時間：9:30～10:45

定員：各日 15名

\*18歳以上



3

## 親子ボルダリング

～ボルダリング・ファミリー集合！

開催日：8月25日(日)

時間：9:30～10:45

定員：5組10名

\*18歳以上の保護者と小学生



4



## KIDSボルダリング

開催日：8月11日(日)

時間：9:30～10:45

定員：10名 \*小学生のみ



参加資格(プログラム番号表記)

- ①・② 18歳以上
- ③ 18歳以上の保護者と小学生
- ④ 小学生のみ

お問合せ先 ☎ 042-691-2288

FAX 042-696-3320

主催：指定管理者 スポーツコミュニティ戸吹