戸吹健康プログラム

ノルディックウォーキング ＆ ケアストレッチ

お気軽に全身運動
始めませんか？



■開 催 日：1月30日（土）9：00～10：15
■会　　場：戸吹スポーツ公園　原っぱ広場
★雨天時、真夏と真冬は屋内で実施します★
■対　　象：18歳以上
■参 加 費：500円（保険代含む）ポールは100円でレンタルあり
■定　　員：各日 15名
■申込方法：公園事務所までお電話でお問合せください。





初めての方でもインストラクターが丁寧に指導いたします！

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