



# 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！

## さわやかグリーンヨガ ～芝生の上でリフレッシュ～



開催日 1月12日(日)・26日(日)  
時間 10:00～11:15  
定員 15名 \*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！！



## 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 1月5日(日)  
時間 10:00～11:15  
定員 15名 \*18歳以上



## KIDSボルダリング

開催日 1月19日(日)  
時間 10:00～11:15  
定員 10名 \*小学生のみ



あなたのみちを、あるけるまち。  
王子

主催 スポーツコミュニティ戸吹

☎ 042-691-2288

FAX 042-696-3320

H P <http://tobuki-sp.jp>



# 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！

## さわやかグリーンヨガ ～芝生の上でリフレッシュ～



開催日 1月12日(日)・26日(日)

時間 10:00～11:15

定員 15名 \*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！！



## 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 1月5日(日)

時間 10:00～11:15

定員 15名 \*18歳以上



## KIDSボルダリング

開催日 1月19日(日)

時間 10:00～11:15

定員 10名 \*小学生のみ



あなたのみちを、あるけるまち。 王子

主催 スポーツコミュニティ戸吹

☎ 042-691-2288

FAX 042-696-3320

H P <http://tobuki-sp.jp>