

戸吹スポーツ公園 11月 戸吹健康プログラム

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！

ハルディックウォーキング

～健康ウォーキング～

開催日：11月7日(日)
時間：10:00～11:15
定員：15名(18歳以上)



太極拳教室

～全身運動で持久力アップ～

開催日：11月13日(土)
時間：10:00～11:30
定員：10名(18歳以上)



太極拳教室のみ土曜日開催です。
(毎月第2土曜日)

ボルダリング教室

～大人も子供もみんなでチャレンジ～

開催日：11月21日(日)
時間：10:00～11:15
定員：10名(小学生以上)



さわやかグリーンヨガ

～太陽の下でリフレッシュ～

開催日：11月28日(日)
時間：10:00～11:15
定員：10名(18歳以上)



あなたのまちも、
あるけるまち。



主催 スポーツコミュニティ戸吹

TEL 042-691-2288

FAX 042-696-3320

ホームページ <http://tobuki-sp.jp>