

戸吹スポーツ公園

9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！

ハーディングウォーキング

～健康ウォーキング～

開催日：9月4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：9月10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

～みんなでチャレンジ～

開催日：9月18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：9月25日(日)

時間：10:00～11:15

定員：10名（18歳以上）



あなたのみちを、
あるけるまち。八王子

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>