

戸吹スポーツ公園 8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：8月6日(日)

時間：10:00～11:15

定員：15名(18歳以上)



ボルダリング教室

～みんなでチャレンジ～

開催日：8月6日(日)

時間：11:30～12:45

定員：10名(小学生以上)



太極拳教室

～全身運動で持久力アップ～

開催日：8月19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3土曜日)

さわやかグリーンヨガ

～太陽の下でリフレッシュ～

開催日：8月13日(日)・27日(日)

時間：10:00～11:15

定員：10名(18歳以上)



月2回開催(第2、第4日曜日)



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>