

レッツ・エンジョイ・フィットネス！ 初心者大歓迎！

11月

アウトドアフィットネス

各プログラムとも冬時間となります！

1

大人気プログラム！



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！！

さわやかグリーンヨガ

開催日：11月18日(日)

時間：12:15～13:30

定員：15名 *18歳以上

2 ノルディックウォーキング

開催日：各日曜日

11月4日・11日

18日・25日

時間：各日10:30～11:45

定員：各日 15名*18歳以上



3

親子ボルダリング

開催日：11月4日(日)

時間：12:15～13:30

定員：5組10名

*18歳以上の保護者
と小学生



4 KIDSボルダリング

開催日：11月11日(日)・25日(日)

時間：各日 12:15～13:30

定員：各日 10名 *小学生のみ



参加資格(プログラム番号表記)

- ①・② 18歳以上
- ③ 18歳以上の保護者と小学生
- ④ 小学生のみ

お問合せ先 ☎ 042-691-2288

FAX 042-696-3320

主催：指定管理者 スポーツコミュニティ戸吹

AREA MAP

