



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！

1 さわやかグリーンヨガ ～芝生の上でリフレッシュ～

開催日 12月22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！！



2 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 12月1日(日)
時間 10:00～11:15
定員 15名 *18歳以上



3 親子ボルダリング ～ボルダリング・ファミリー集合！

開催日 12月8日(日)
時間 10:00～11:15
定員 5組10名
*18歳以上の保護者と小学生



4 CHALLENGE KIDS KIDSボルダリング

開催日 12月15日(日)
時間 10:00～11:15
定員 10名 *小学生のみ

