



# 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

### 大人気プログラム！

## さわやかグリーンヨガ

### ～好評につき2回開催～

開催日：4月7日(日)・21日(日)

時間：両日11:15～12:30

定員：両日15名 \*参加資格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

開催日：各日曜日

4月7日・14日

21日・28日

時間：各日9:30～10:45

定員：各日15名



### 3

## 親子ボルダリング

開催日：4月28日(日)

時間：11:15～12:30

定員：5組10名



### 4

CHALLENGE  
KIDS

## KIDSボルダリング

開催日：4月14日(日)

時間：11:15～12:30

定員：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