

健康づくりイベント 参加者募集！

«セイカスポーツセンター インストラクター指導»

令和8年1月18日(日)開催！

先着
20名様

ウォーキング教室



プロの指導による、ケガをしない
正しいフォームを身につけよう！
季節ごとの自然の変化も楽しめます♪



時間：10:00～11:00 受付場所：記念館2F

参加料：500円（石橋FC会員は割引あり）

どちらの教室も、どなたでも参加できます！
「タオル」と「水分補給」のご準備と
運動しやすい服装でお越し下さい♪



先着
12名様

ヨガ＆ストレッチ教室



正しい姿勢、均整のとれた身体を
目指して、リラックスした
柔軟な身体を作りましょう！



時間：11:15～12:15 受付場所：記念館2F

参加料：1000円（石橋FC会員は割引あり）

ご予約は
お早めに！

<<お問合せ・お申込み先>>

石橋記念公園

TEL : 099-248-6661

FAX : 099-248-6662

E-mail : ishibashi@seika-spc.co.jp