石橋記念公園　健康づくりイベント

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9年1月24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♪



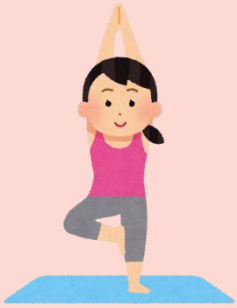
時間：10：00～11：00　受付場所：記念館2F
参加料：500円



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♪

ヨガ＆ストレッチ教室

先着12名様



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

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.jp

【石橋記念公園 指定管理者：セイカスポーツセンター・南日本総合サービス 共同事業体】