

毎月実施

2019年度

森林公園 森でフィットネス

森林浴しながら、いっしょに軽い全身運動を楽しみましょう
心身ともにリフレッシュ!

- | | |
|------|---|
| 日時 | 毎月第1水曜日 1月は第2水曜日
10:00~12:00 (雨天決行) |
| 集合場所 | 植物園展示館 集合 |
| 講師 | ヨガインストラクター 三島千里 |
| 内容 | ヨガ・ストレッチ・ウォーキングなど |
| 参加対象 | どなたでもお気軽にご参加下さい |
| 定員 | なし |
| 参加費 | 100円
植物園入園料210円が必要です
※10/1より220円に変更となります。 |
| 持ち物 | 敷物 タオル 飲み物 |
| 受付 | 当日受付(予約不要)定員なし |



愛知県森林公園

お問合せ

〒488-8555 愛知県尾張旭市大字新居 5182-1

TEL:0561-53-1551 FAX:0561-53-4414 URL: <https://www.aichishinrin.jp/>

愛知県森林公園は「ウッドフレンズ共同企業体」が管理・運営しています (株)ウッドフレンズ/(株)フジプロパティ/(株)建光社

農林基盤局林務課所管