

毎月実施

2023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 (2024年1月のみ第2水曜日)
10:00~12:00 (雨天決行)

※当日の7時半に尾張旭市に暴風警報が
発令している場合は中止

集合場所

植物園展示館 集合 (8月から2024年3月までは植物園 北門集合)

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



参加費

100円 (小学生以下無料)
植物園入園料220円が必要です

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「株式会社ウッドフレンズ」が管理・運営しています 愛知県農林基盤局林務課所管

f 公式Facebookアカウント



活動の様子、イベント情報を
Facebookに投稿しています。
ぜひ、フォロー、いいね!を
してみてください。