

島見緑地をあるこう！

新緑の中でウォーキング と足つぼ



木々も芽吹き始めた頃です。
新緑の中、みんなで緑地を歩いてみませんか？

・日時 5月16日(日) 午前10時～11時30分

・場所 島見緑地 管理事務所集合

・定員 先着20人

・参加料 300円

・内容 インストラクターの先生と一緒に歩き方を
学び、ウォーキングの後に、足つぼのお
話もあります。

※運動しやすい服装で来てください。

※雨天の場合は中止となりますので連絡いたします。

※タオル、飲みものはご持参下さい。

◆ 講師紹介 ◆
綿貫 優子先生

新潟市や新潟田市を中心にちびっこエアロビクスや水中エアロ等、様々なエクササイズを行っている講師です。お子様からお年寄りまで、幅広い人気があります。

日本健康体操連盟 健康体操指導士
日中リフレクソロジー協会 足反射療法師

参加申込み・お問い合わせは

025-255-3202

主催 指定管理者グリーン産業(株)