



大阪発、公園からの健康づくり

keep fit at the park

公園で **Buuuuuurn!** & Boooooone! あなたもジョグ/る？

5月8日(日) **ジョグ/る** イベントを開催しました。GW 最終日、スロージョギングとノルディックウォーキングで汗を流しました。有酸素運動のスロージョギングと姿勢改善を図るノルディックウォーキング、ふたつの運動の個性を取り入れたエクササイズでヘルスアップして頂きました。



開催場所: 事務所前とけやき通り