



大阪発、
公園からの健康づくり
keep fit at the park

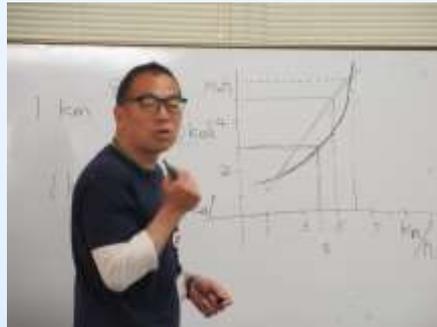


ゆっくり走るだけで、脳と体が元気になる！

スロージョギング教室

2016年4月20日(水) 10:00~11:00

開催しました！



今回のスロージョギング教室も最初の講習から始まりました。その後、南地区へ移動し10人の参加者さんと講師2人、皆さん笑顔で元気に頑張りました。次回は、**5月18日(水)**が開催予定日です。ぜひ、参加してみてください。脳とカラダが元気になる運動を体験してください。



主催：寝屋川公園管理事務所 共催：(一社)日本スロージョギング協会 協力：「大阪発、公園からの健康づくり」推進グループ