

<カラダがやわらかくなる! 軽くなる!>

ストレッチ・指ヨガ

万博で健康寿命を伸ばす!

養成講座もあるよ!!

ストレッチを指導するボランティアの養成講座も! 詳しくは本チラシ裏面、又はホームページへ!

平成31年5月3日~9月27日のうち、
毎週金曜日 ※9/23(は(月・祝)ですが特別に実施します

★5月 3日(祝)・10日・17日・24日・31日

★6月 7日・14日・21日・28日

★7月 5日・12日・19日・26日

★8月 2日・9日・16日・23日・30日

★9月 6日・13日・20日・23日(祝)・27日

■対象 成人 ■服装 運動ができる服装

- ・本プログラムは、疾病治療を目的としたものではありません
- ・社会通念上の常識を超える行為や他の参加者・スタッフへの迷惑行為があった場合、その時点で参加をお断りいたします。
- ・主催者はイベント実施中の疾病や紛失、その他の事故に際し、応急処置を除いて一切の責任をおいしません。

万博記念公園 自然文化園中央休憩所
各回開始10分前に集合(別途入園料要、雨天決行)

事前申込不要 当日先着12名

※ヨガマット持参不要

①9:50~10:30

(対象)初めての方など (参加費) 無料

②10:50~11:30

(対象)この行事に参加経験のある方 (参加費) 500円

③11:50~12:30

(対象)初めての方など (参加費) 無料

④12:50~13:30

(対象)この行事に参加経験のある方 (参加費) 500円

特定非営利活動法人大阪府民循環型社会推進機構

TEL・FAX 06-6877-6991 E-mail volu-expo70@comet.ocn.ne.jp

※お電話による問合せは平日の15:00-17:00に願います。

各種ボランティア養成講座や、万博記念公園
ネイチャーガイドシリーズの詳細はホームページ
をチェック!

大阪府民循環型社会推進機構 🔍 検索

<http://www.junsha.jp>

