



日本一の

風の松原で

ウォーキングとヨガを

楽しみませんか！

「森林ヨガ」は

森のパワーを浴びて

体と心のバランスを

取り戻す効果があります

森林セラピーin 風の松原 ～ノルディックウォーキング+ヨガ～

日時：9月30日（土）9時30分～12時

※雨天決行

雨天の場合はヨガのみサン・ウッド能代で行います

場所：風の松原 いこいの広場 9時集合

参加料：300円（ポールリース/保険料/指導料込）

**持物：ヨガマット（なければバスタオル）/手袋/帽子
/飲み物**

定員：先着30名

申込：市民活動支援センター TEL0185-52-0355

主催

市民活動支援センター

白神ノルディック

ウォーキング倶楽部

協力

特定非営利活動法人

能代観光協会

