



市民が企画したイベントが楽しめる!
公園活用プログラム

出展者のご紹介

**公園で体験できる
インクルーシブ・ピラティス**



企画目的・趣旨（出展者：石橋晃子 ピラティス教室）

ゆっくりとしたペースでストレッチをメインとしたピラティスを行います。運動不足の方、高齢者の方もご参加頂けます。
広々とした公園でのびのびとピラティスを楽しみましょう！

【日時】10月11日(土) 11:00～12:00

【場所】鶴見緑地 中央広場

【料金】無料【申込】不要(雨天中止)

※当日は、汗拭きタオル、飲み物、あればヨガマットなどご持参ください。



噴水横の
中央広場で
開催します！

会場：花博記念公園鶴見緑地
Osaka Metro 長堀鶴見緑地線 鶴見緑地駅すぐ