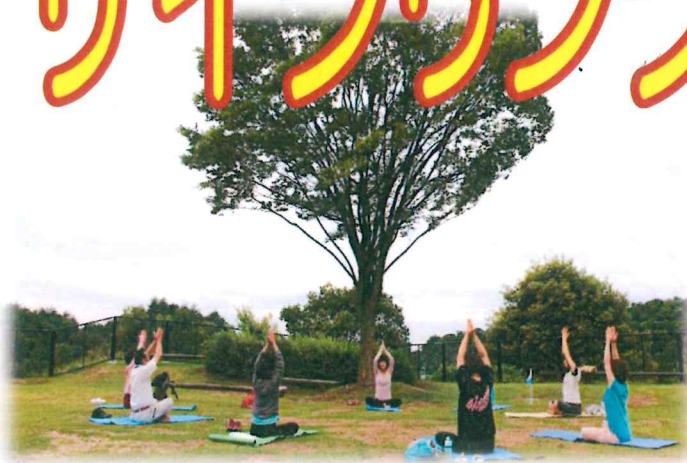


空港となり中央森林公園

サイクリング & ヨガ教室



平成30年

5月26日(土)

午前 9:00 サイクルセンター集合

※ヨガのみ参加の方は10:15分起発着地点集合

9:15 出発

サイクリング(12.3km)

健脚コース(広島空港をぐるり1周)

※サイクルインストラクター同行します

職員おすすめ絶景ポイント～正しい自転車の乗り方まで♪

マイナスイオン
たっぶりの森林
を爽やかサイクリ
ング♪

10:15 自転車競技起発着地点
休憩

飛行機を真下から見れる絶景ポイント!
普段は歩くことのできないこの場所で
ヨガ体験・・・寝転がってもOK!

10:30 ヨガ

ヨガインストラクター: 信川ようこ

朝陽を浴びながら深呼吸 *ヨガマット貸出あり

体力に自信のな
い方はヨガのみ
参加もOK

11:45 サイクルセンター到着・終了

参加費: ①フルコース(ドリンク付): 2,000円(自転車レンタル料含む)

: ②ヨガのみ :: 1,000円

お申込・お問合せ

広島県立 中央森林公園

三原市本郷町上北方1315

TEL 0848-86-9101