エクササイズ体験

平成23年11月23日 （祝）

いま話題のノルディックウォーキングに挑戦するチャンス！

ƒcg±Û[¡ÔÈ³žÜt + ã ïæé8í3ð´*Æ ¯ÈÇ¤Ü”¹
+ ã ïæé8í3ð¸ï-ùë3 *8ùí8 Ö·ê ÷8ú3 ,8 3ð± ¯
¸¡Ç¬¨Ë·°t 8+Û-”¬¯{âÛ)˜ßŠà¥ƒcàèïõõäú°¢u
¼ò· ¹Ûï¸³˜ •t!ÿ c ÍO¸·* *´Ë‡˜°‹Ô±· ®Ë°¯•Ô
œ·ù 8 Ût1|ó4 ¯È¯˜©ž•u Î•·þ{ G°¢›

年齢・性別問わず楽しめます

r :> >/º PQ0 OC‰PQFTG>>œ- ON‰NNÍOP‰N>
r<ó&Ñ > > ý îóƒcÀØ û&>
r > >lnm¥´> œ = õ øûJÿE £ß >e¢öE ; J >
> > > >nm¥´> >œ = õ 'õ £ß >>+J öE ; J >
>>> > > > > > >ü> `>> >>^ >> >>>>>>>
rðÿ > > SÌN>
r-C > > •Ø>F-Ñ¯Â-CÆ‹² ùøÜ åÃÅåÙ´ G>
r¥ Bþ¥ > > f¡Ë>í¡ Ée† d_vÙºÊ¥SÅÆÁ¥ Bf°Ÿ‡ >
r$¼K > > = õ øûJÿE /J= Fðq ²ŠG †f @Å <E † ü=†Ñ†£ >
> >>>> > |EÆãåKÆí¯ Vf°>Ÿ‡
>
$qK1 w˜ É|EÂ |Ë>m|É&ó§•åÙ´‡K|ÂÝ) ²Ù´‡x >
$/J=í¥$¼ÂÅŸþÊ†ïðÂq² ²Ù´ÉÂ†¥ BÉ%Æ '/J= ““Ã"¡²Áª»°Ÿ ‡>
$˜ Êƒcñ ÉWŸøùôl 7J w?Jý í¥´´Ü²Ù´xÆÁÂËLf°Ÿ‡ >
$ô»†ObÅÄÆ¿ŸÁÊÖïüWÉÚ¥®ÅŸÙ´§†¸çÌeÉgÓÊ_ _Ÿ¦ÈÙ´ÉÂ†ò/, ÆL»²Áª»°Ÿ‡ >
>

|u> bŸóê¶ >/10O tèµÙ”Àüµ±Ù”Ä·ï»”
– WVKTNVPýP v• P`¸ OKOQ
rcj>NWKSSWKSJVV>U> dNVP>FKSWKSPVN>V
KKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKKK
‰ L ËB •

^øw'<þ x>	>		ñ> >	> > l¡>>>
SÅ*íFƒ G>	>	0>k>	/'l/º > > > > 0 > > > >>%w<>>>>>>>>	> ×x
ð>Ñ>	>			
/J=Éq >	“´æ >> >>>>“²ÅŸ w$Ëx>			