

森林浴フィットネス体験会のお知らせ

新緑の森に集まって一緒に汗を流しましょう！

フィットネスインストラクターは、われらの野草先生
Kulnatur-foreningen Skodsborg(文化と自然の会)代表、
Jeanett Debb さん、日本発祥の「SHINRINYOKU」をデンマ
ークに広める活動をしています。5月、新しいエネルギーがあ
ふれる森の中で、自然と一体になって思いっきり体を動かし
リフレッシュしましょう。運動の後は、ジャネットさん特
製、野草のジュースのお楽しみもあります。



日時：5月26日(日) 14:00-16:00頃まで

集合場所：Skodsborg St. 東口駅前 海側 Kulnaturhuset の前

参加費(会員と世帯内のご家族)：

大人：20 kr 子ども(15歳以下)：10kr. 乳幼児(3歳以下)：無料

参加費(会員ではない方)：

大人：100 kr 子ども(15歳以下)：50 kr. 乳幼児(3歳以下)：無料

申込/問合せ：件名「森林浴」、参加者氏名、人数、子どもの年齢、電話番号をご明記の上 michiko.nihonjinkai@gmail.com まで。

支払方法：後ほど Mobile Pay にて。詳細はお申し込み完了後にご案内いたします。

申込締切日：5月21日(火)

定員：20~35名

ガイドの言語：デンマーク語 ● 日本語説明あり

雨天の場合：予定通り開催されます。

