

# 宝塚市立花屋敷グラウンド

## 12月号

師走を迎え、なにかと気ぜわしい毎日ですが、皆様、いかがお過ごしでしょうか？  
宝塚市立花屋敷グラウンド12月の会報誌です。ご覧ください。

### 【リフレッシュナイトヨガ】

～今年の疲れは、今年のうち！リフレッシュして新年を迎えましょう！～

12月、3週にわたるイベントヨガです。

初心者の方もご参加いただけます。

受講日 ⇒ 12/4・11・18 土曜日 19:00～19:50

場 所 ⇒ 2F アクティブルーム

料 金 ⇒ 1,000円（1回）当日、窓口でお支払いください。

予 約 ⇒ 予約要／お電話・窓口・メールでお申込みください。



### 【モルック無料練習会】

★どなたでもご参加いただけます★

モルックはフィンランド発祥のニュースポーツです。  
モルック（木製の棒）を投げ、スキットル（木製のピン）を倒すスポーツです。誰でも楽しみ、初心者でもすぐに遊べます。

日 程 : 12/25（土）1/15（土）2/5（土）  
10:00～11:30

場 所 : 多目的グラウンド（野球場）

定 員 : 20名

申込方法 : メール・お電話にてお申込みください。

※雨天時中止

### 【テニスボールで 体をほぐそう！】

テニススクールで利用していたボールを有効活用していただきたく、  
管理棟内ロビーへ設置しています。  
ご自由にお持ち帰りください。

- ・肩甲骨編
- ・足裏編
- ・腰編

マッサージ方法の冊子もご用意しています。



宝塚市立花屋敷グラウンド

〒665-0802 宝塚市花屋敷荘園4丁目2-35

TEL & FAX 072-744-2366

