

Adventure awaits

早起きして鶴間公園へ
パークで朝活！

ウェルネスライフ始めたい

自然のまま大切に守られてきたつるまの森、
多彩な広場、スポーツエリアも備えた鶴間公園。
挑戦したくなるアクティビティがたくさん。

**ペットと一緒に
ドッグヨガ**

愛犬を抱っこしながら
一緒にヨガのポーズ♪

毎月第3金曜日
10:00～11:00

**深呼吸しながら
太極拳**

ゆっくりと体を動かして
心と体を整える

偶数週火曜日
10:15～11:00

**鶴間公園で
ジョギング**

気持ちのよい緑のなかを
マイペースで楽しむ！

朝からリフレッシュ！
今日も一日
頑張れそう

**Grandberry
Park**
Minami-machida

※公園主催のスクール(有料)は、会員登録、事前申し込みが必要です。

南町田グランベリーパーク

※車内での携帯電話のご利用マナーにご協力ください。