

牛久保公園2017 スポーツ・ピクニック 第三弾

わがままボディに さよなら！

お^oション： 春苗の植え込み
ノースポール・パンジー・ビオラ
65株



くさぶえのお友達仲間のみなさん

いっしょに花植えを行いました。



パンジー&ビオラ



ノースポール



体幹トレーニング & ピクニック



腹筋・背筋

肩甲骨回し



体組成 & 体力測定

トレーニング後の楽しみ：①焼き芋とマシュマロ、②各種ドリンクとランチメニュー

灰つくり



おにぎり・ソーセージ・牛すじ煮込み

参加者：60名
(おとな・子ども 半々)
年齢層は幼児から高齢者まで
スタッフ：10名



牛久保公園愛護会

うしくぼこうえん



あいごかい

Ushikubo Park Picnic Yield

Ushikubo Park Picnic Yield



牛久保公園愛護会

うしくぼこうえんあいごかい