

はるか夢球場

ポジティブフィットネス教室

II

①ピラティス& ストレッチポール教室

平成30年1月22日～3月5日
毎週月曜 計6回 ※祝日除く
時間 14:00～15:00

講師 小山内 友美 さん

② ヨガ教室

平成30年1月24日～2月28日
毎週水曜日 計6回
時間 10:30～11:30

講師 安藤 奈津子 さん

③青竹踏みエクササイズ 教室

平成30年1月26日～3月2日
毎週金曜日 計6回
時間 19:00～20:00

講師 東海 美絵子 さん



参加料金 各教室1回 お一人様500円
(傷害保険料込)
※全6回参加の場合2500円

募集人員 ・各教室各回 10名
・事前にお申し込みください
・お名前と連絡先を伺います
・各回とも定員になり次第締め
きらせていただきます

各自ヨガマットをご持参ください
(貸出マットも準備いたしますが、数に限り
がございます レンタル料1枚100円)

お申込み・お問合せ
弘前市運動公園

TEL 0172-27-6411 FAX0172-27-6416
E-mail unkou@hirosaki-taikyo.com



弘前市指定管理者



公益財団法人

弘前市体育協会

Hirosaki City Amateur Sports Association