

体ひきしめ!



ヨガ教室

ヨガで体のストレッチ&ひきしめを!

日時 11月5日(月)、12日(月)、19日(月)
12月3日(月)、10日(月)、17日(月)

19時~20時

場所 弘前 B&G 海洋センター武道館

参加費 1回 500円(保険料含)

定員 各回 20名

指導 ヨガインストラクター

東海 美絵子 氏



~参加申込みについて~

- ※ご希望する日にちを事前にお申込み下さい。
- ※定員に達していない場合は、当日まで受付します。
- ※ヨガマットをご持参ください。(レンタルマットも100円にてお貸しします)
- ※運動のできる服装でお越しください。

☆お問合せ申込み 弘前 B&G 海洋センター
弘前市八幡町 1-9-1 TEL33-4545

主催 公益財団法人 弘前市体育協会