



フィジカルトレーニング教室

Physical training class



～体幹を中心とした、専門的なトレーニングで体力アップをめざそう！～

○と き 平成31年1月12日(土)～3月16日(土) 毎週土曜日開催 計10回 18:30～20:30

○ところ 弘前克雪トレーニングセンター ウェイトリフティング室

○対 象 小学校4年生～中学3年生

○定 員 10名

○参加料 8,000円(全10回)・・・別途保険料800円がかかります。

○講 師 成田 暢平 氏 (Physical&Fitness Via コンディショニングアドバイザー代表)

○お問い合わせ (公財)弘前市体育協会 弘前克雪トレーニングセンター TEL 0172-27-3274 FAX 0172-27-3315

○申込み 平成30年12月14日(金)～開始 (定員になり次第締め切ります)

弘前市指定管理者



公益財団法人
弘前市体育協会

Hiroeaki City Amateur Sports Association

