

泳げなくても楽しめる

水中エアロビクス

有酸素運動で基礎代謝アップ

日 時 5月 6日(木)・20日(木)
6月 3日(木)・17日(木)
7月 1日(木)・15日(木) **全6回**
19時～20時

場 所 温水プール石川
参 加 料 1回500円(傷害保険含む)

※全6回参加の場合2,500円

(但し初回時一括払いにかぎります。)

対 象 一般男女
募 集 人 員 各回30名
講 師 東海美絵子 氏 (スポーツインストラクター)

そ の 他 水分補給用飲料をご準備ください。

申込み・問合せ 〒036-8123

弘前市大字小金崎字村元 125 番地

弘前市立温水プール石川

TEL0172-49-7081

【新型コロナウイルス感染防止対策について】

- 来場の際はマスクの着用をお願いします。
- 体調不良発熱咳などの症状がある方は参加を控えてください。
- 新型コロナウイルス感染拡大等の恐れがある場合は中止する場合があります。

弘前市指定管理者



公益財団法人
弘前市スポーツ協会

Hirosaki City Amateur Sports Association