

Let's
Try!!

泳げなくても楽しめる

有酸素運動で代謝アップ!

水中エアロビクス

～ Aqua exercise ～

8/18、9/1

9/15、9/29

10/13、10/27

木曜日 19時～20時

1回 500円 (傷害保険含む)

おすすめ

★全6回参加の場合2,500円
(但し初回一括払いに限ります)

【定員】20人

【講師】東海 美絵子 氏

【開催場所・お問合せ】

温水プール石川

〒036-8123

弘前市大字小金崎村元 125

☎0172-49-7081

【その他】

水分補給用飲料をご準備下さい。

【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