



～ ストレッチポール &  
からだ調整ヨガ ～

日時 **コンディショニング教室Ⅴ**  
6月8日～7月13日の毎週水曜日 全6回  
10時から11時

場所 弘前市立温水プール石川 研修室

参加費 1回800円 (傷害保険料込)

※全6回申込みの場合は4,000円でご参加いただけます。

募集人数 各回15名

講師 岩根一重

JCCA ベーシックインストラクター

<申込み・問い合わせ>

弘前市立温水プール石川

0172-49-7081

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

