

平成30年度 指定事業

かんたん 夜のヨガ教室



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

アスリートも注目のヨガ!!

初心者、高齢者、身体が硬い方、
なんとなく不調の方、大歓迎!!
自分のできる範囲でカラダを動か
してみませんか?



日時

5/26・6/2・6/9

(土曜日 18:30~19:30)

場所

岩木B&G海洋センター
(弘前市大字兼平字猿沢32-11)

参加費

1回 ¥500-
(マットレンタルの場合は +100円)

講師

東海 美絵子 さん

その他

☆動きやすい格好でおいで下さい。
☆マット・タオル・飲み物などをお持ち
下さい。(マットの無い方は有料レン
タルマットをご利用ください。)
☆各自、傷害保険等にご加入ください。

【お問合せ・お申込み】

岩木B&G海洋センター

☎ 0172-82-5700

FAX 0172-82-5701

