

芝生YOGA

7月13日(土)

「美脚・美尻・骨盤ヨガ」

講師 田村佳恵 氏

外の空気で
カラダとココロを
リフレッシュ!

7月20日(土)

「体ひきしめ! ヨガ」

講師 東海美絵子 氏

場所 弘前B&G海洋センター 多目的広場
※雨天時屋内武道場にて開催

時間 10:30~11:30

参加料 1回500円(保険料込)

ヨガマット別途レンタル有

人数 各回 25名

お問合せ・申込先

弘前B&G海洋センター(毎週火曜・休館日)

TEL 33-4545

弘前指定管理者



公益財団法人
弘前市体育協会

Hiroasaki City Amateur Sports Association