

体ひきしめ!

ヨガ教室

～日頃の心身の疲れをヨガでリラックス&体ひきしめ～

日時 10月21日、28日
11月11日、18日、25日
12月2日、9日、16日、23日 各月曜日
19時～20時

場所 弘前 B&G 海洋センター-武道館

参加費 1回500円 (保険料含む)

定員 各回25名

講師 ヨガインストラクター 東海美絵子 氏

☆参加申込みについて

- ※ご希望する日にちを事前にお申込み下さい
- ※定員に達していない場合は、当日まで受付します。
- ※ヨガマットをご持参ください。
(レンタルマットも100円にてお貸しします)

☆お問合せお申込み

弘前B&G海洋センター
TEL 0172-33-4545

主催 公益財団法人 弘前市体育協会

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