

3ヶ月間継続する事で運動習慣が身につき
体力増進につながります！

講師

フィットネスインストラクター

永澤

真珠子氏

フライデー ストレッチ 教室

令和2年 4月3日 ~ 6月26日(毎週金曜)

午前10:00~11:00 全12回

弘前B&G海洋センター 武道館

参加費:3,000円(傷害保険料込) 1回250円×12回

※事前に参加できない日をお知らせ下されば
参加する日数で参加費を頂きます。



申込み・問い合わせ先

弘前市八幡町1-9-1

弘前B&G海洋センター(毎週火曜・休館日)

0172-33-4545

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