

初心者

講師 千葉まどか 氏

脂肪燃焼

エアロビクスとボクシングを合わせた有酸素運動です。
ラスト数分間は暗闇の中で運動します。是非ご体験下さい。

エアロ ボクシング

日時 5月1日(金) 5月8日(金)
時間 19時15分～20時00分
場所 弘前B&G海洋センター
料金 1回500円(保険料込)
定員 各回50名

競技場

教室

お問合せ・申込み
弘前B&G海洋センター
TEL 33-4545(火曜休館日)

ストレス発散

開催動画



弘前市指定管理者
公益財団法人
弘前市体育協会
Hiroasaki City Amateur Sports Association

BOXING