

アロマの心地良い香りに包まれながら
身体の隅々までほぐします!
心も身体もリフレッシュして
バランスの良い体を手に入れましょう!

アロマストレッチ



7月14日~9月29日

金曜日(祝日・8/25 除く) 全10回

講師

フィットネスインストラクター
AEAJ 認定アロマセラピスト
中沼 真珠子 氏

月ごとにアロマの香りが変わります

7月~ジュンパーベリー~ 爽やかな気持ちで前向きに
8月~レモングラス~ 暑さに負けずエネルギーに
9月~サイプレス~ 気持ちを安定させパワーを高める



弘前市指定管理者

公益財団法人
弘前市スポーツ協会
Hirakawa City Amateur Sports Association

時間

AM

10:30~11:30

場所

弘前 B&G 海洋センター
武道館

参加費

3,000円

(傷害保険料含む)

1回300円×10回

定員

各回30名

(定員になり次第〳切)

お問合せ・お申込み

弘前 B&G 海洋センター

弘前市大字八幡町 1-9-1

(火曜日休館)

0172-33-4545