



ピラティス要素を 取り入れた ストレッチエクササイズ

講師

木村友美氏

ピラティス
インストラクター

弘前市指定管理者



公益財団法人
弘前市スポーツ協会

Hirosaki City Amateur Sports Association

日付 3月1日、8日、15日(全3回)

時間 19時~20時(毎週金曜日)

参加費 1,500円(傷害保険料込)

定員 各回15名

場所 弘前克雪トレーニングセンター
トレーニング室

問合せ 弘前克雪トレーニングセンター
TEL 27-3274