

# 脂肪燃焼レッスン！ エアロボクシング

- 【日時】 R6年4月10日、24日  
5月8日、22日、6月5日、19日  
水曜日 全6回 19:15～20:00
- 【場所】 弘前B&G海洋センター 競技場
- 【定員】 各回 一般 30名  
(但し親子で参加の方に限り中学生以上も参加可能)
- 【参加費】 1回 500円(傷害保険料込)
- 【講師】 フィットネスインストラクター 千葉まどか 氏
- 【持ち物】 シューズ・水分補給用飲料

基礎代謝アップ！  
楽しく有酸素運動！  
ストレス発散！  
全身滝汗！  
引き締め効果大！

申込みフォーム



Instagram



★申込み・問い合わせ★  
弘前B&G海洋センター(火曜日休館)  
TEL 0172-33-4545

弘前市指定管理者

