

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



教室



R7・1月10日～3月21日

金曜日 全11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

1月～ヒバ～ スッキリとスタート

2月～マンダリン～ あたたかい心と体

3月～ローズマリー～ 頭と心をスッキリ



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

10:00～11:00

★場所★

弘前 B&G 海洋センター
武道館

★参加費★

3,300 円

(傷害保険料含む)

※1回 300 円×11回

★定員★

各回 30 名

(定員になり次第メ切)

★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)

TEL 0172-33-4545