

楽しく！
弾んで！

バランスボール エクササイズ



日時 4/12（日） 5/10（日）
10時30分～11時30分

場所 岩木B&G海洋センター
（2階 トレーニングルーム）

対象 小学生～一般
定員 各回20名（定員締切）

参加費 1人1回1,000円（専用バランスボール含む）

持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物
ヨガマット ※貸出あり（別途200円）



バランスボールインストラクター
二木 久美子 他

お問い合わせ ご予約はこちら➡

電話：0172-82-5700



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