

申し込みフォーム



10/24(土)13:00
受付開始



<エアロボクシング>

～エアロビクスとボクシングを合わせた有酸素運動～

R8・11/18(水)、12/2(水)、12/16(水)

R9・1/13(水)、1/27(水)、2/10(水)、3/10(水)

<ZUMBA>

～ラテン系の音楽に合わせて踊るダンスフィットネスエクササイズ～

R8・11/25(水)、12/9(水)

R9・1/18(月)、2/1(月)、2/15(月)

3/1(月)、3/15(月) 全14回

ちばこインストラクターの エアロボクシング & ZUMBA

【講師】

千葉まどか 氏

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

※参加する日を事前にご予約ください

弘前市指定管理者



【時 間】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の方も参加可能

【参加費】1回 500円 (傷害保険料込)

