

大好評!

有酸素運動で

代謝アップ!

-温水プール石川-



AQUA AEROBICS

～泳げなくても楽しめる水中エアロビクス教室～

【開催日】 9/10、9/24、10/8、
10/22、11/5、11/19

【時間】 19時～20時 隔週火曜日

【対象】 18歳以上(高校生不可)

水中でのウォーキングに支障の無い方

【定員】 各回 20名

【参加料】 1回 500円(傷害保険料込)

全6回 **2,500円**(初回一括払いの方限定)

【講師】 八木橋 薫 氏 ANCS 認定アクアビクスインストラクター

【その他】 ・水分補給飲料をご準備下さい。

・体調不良、発熱、風邪症状がある方は参加を控えてください。

【開催場所・申込み・お問合せ】

温水プール石川

☎0172-49-7081



弘前市指定管理者



公益財団法人
弘前市スポーツ協会

Hiogo City Amateur Sports Association