

# weekend ヨガ

## 場所

弘前 B&G 海洋センター  
「武道館」

## 参加費

1回 500円  
(傷害保険料込)

## 定員

各回 一般 20名  
(定員になり次第×切)

## 講師

土曜日～筋力アップヨガ～  
東海 美絵子 氏  
日曜日～リラックスヨガ～  
笹 京子 氏

R6年 12月 8日(日)

21日(土)

R7年 1月 11日(土)

18日(土)

2月 2日(日)

8日(土)

16日(日)

22日(土)

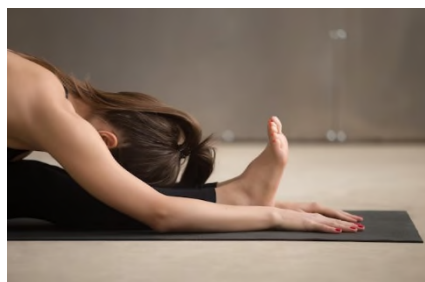
3月 2日(日)

8日(土)

土曜日 6回・日曜日 4回

全 10回

10時30分～11時30分



1週間がんばった身体を週末にリセット！

## 申込み・問合せ

弘前市大字八幡町1-9-1  
弘前 B&G 海洋センター  
(火曜日休館)  
TEL 0172-33-4545

## 申込みフォーム



定員に限りがありますので、  
事前申し込みをお願いします

## Instagram



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