

水中ゆっくり

ウォーキング教室

水の力で健康ボディが手に入る!!

- ♣日 時♣ 7月24日・31日、8月7日・28日 各月曜日
18:30~19:30 (全4回)
- ♣場 所♣ 八幡平市松尾 B&G海洋センター
- ♣対 象♣ 八幡平市民 (高校生以上)
- ♣定 員♣ 30名
- ♣講 師♣ 伊藤 礼子 NPOスポーツウェルネス
(日本エアロビックス連盟インストラクター)

《申込先・問合せ》

八幡平市体育協会

B & G海洋センター

TEL : 0195-76-3237

参加料無料!!

皆様のご参加お待ちしております。

主催 八幡平市体育協会

水中だから腰や膝への
負担が少なくてラクラク♪

