

健康サポート教室

～いやしの

フラダンス～



- ◆日付 7月 10 日(水)、24 日(水)…6月 15 日受付開始
8月 21 日(水)、28 日(水)…7月 15 日受付開始
9月 11 日(水)、25 日(水)…8月 15 日受付開始
- ◆時間 午前 10 時～11 時
- ◆内容 下半身に効く、
高齢者向けのフラダンス
- ◆会場 温水プール石川（小金崎）
- ◆定員 各回 15 人
- ◆持ち物 タオル、飲み物
- ◆動きやすい服装でお越しください。

【お申込み・お問い合わせ先】

高齢者健康トレーニング教室

温水プール石川教室

☎49-7081 (午前 9 時～午後 5 時)

65 歳以上の
市民の方対象！
参加無料！！



◆講師

フラスタジオ モアニ
主宰 田中希生子 氏

主催：弘前市（介護福祉課）

【一般介護予防事業】