

月曜日
午前

ピラティス

内臓を活発に動かすことで自律神経を整えます。
呼吸法により体への意識を高め、姿勢改善、柔軟性・筋力UPを狙います。

教室詳細

- | | | | |
|------|-------------|-------|--------------------|
| ● 時間 | 11:15~12:10 | ● 講師 | 引地 博美 先生 |
| ● 対象 | 一般 | ● 会場 | 青葉体育館1Fスタジオ |
| ● 定員 | 各期20名(抽選) | ● 準備物 | 汗拭きタオル ・ 飲み物 ・ 運動着 |

※ 申込が少ない場合は、開催を見合わせる場合があります。

日程			受講料	申込日程
1期	5月	11・18・25	5,600円	抽選申込期間 4/8(水)~4/22(水) 抽選日 4/23(木) 当選者支払方法選択期限 4/29(水)
	6月	1・8・15・22・29		先着空き申込 <u>5/1(金) 9:00~</u>
2期	7月	6・13・27	4,900円	抽選申込期間 6/2(火)~6/16(火) 抽選日 6/17(水) 当選者支払方法選択期限 6/23(火)
	8月	3・17・31		
	9月	7		先着空き申込 <u>6/25(木) 9:00~</u>
3期	9月	14・28	4,900円	抽選申込期間 8/4(火)~8/18(火) 抽選日 8/19(水) 当選者支払方法選択期限 8/25(火)
	10月	5・19・26		
	11月	2・9		先着空き申込 <u>8/27(木) 9:00~</u>
4期	11月	16・30	4,900円	抽選申込期間 10/14(水)~10/28(水) 抽選日 10/29(木) 当選者支払方法選択期限 11/4 (水)
	12月	7・14・21		
	1月	18・25		先着空き申込 <u>11/6(金) 9:00~</u>
5期	2月	1・8・15・22	4,900円	抽選申込期間 12/21(月)~1/12(火) 抽選日 1/13(水) 当選者支払方法選択期限 1/19(火)
	3月	1・8・15		先着空き申込 <u>1/21(木) 9:00~</u>

申込方法

【抽選申込】

▼WEB申込…申込専用WEBサイト「プログラムサーチ」にアクセスしてお申込みください。

※会員登録をしていない方は、新規会員登録が必要です。

※ドメイン指定をしている方は、解除をお願いします。(info@spf-sendai.payhub.jp)

▼窓口申込…官製はがきとSPFカードを持って窓口へ

※会員登録をしていない方は、新規会員登録が必要です。

青葉体育館の窓口でプログラムサーチ申込用紙に必要事項を記入してお申し込みください。

※現金払いのみのお取り扱いとなり、ポイントを使用することはできません。

当選したら…

▼WEB申込…抽選日を含む**7日以内に「支払方法の選択」**が必要です。

※この操作をしないと、申し込みが自動的にキャンセルされます。

※「現地払い」を選択した方は、教室初回までに、窓口にて現金で受講料のお支払いをお願いします。

※「クレジットカード払い」を選択した方は、その場で決済完了です。

▼窓口申込…はがきにて当落結果を郵送いたします。

※教室初回までに、窓口にて現金で受講料のお支払いをお願いします。

【先着申込】※当選者のキャンセル等により、定員に空きがある場合のみ、先着申込を行います。

▼WEB申込…申込専用WEBサイト「プログラムサーチ」にアクセスしてお申込みください。

※会員登録をしていない方は、新規会員登録が必要です。

※ドメイン指定をしている方は、解除をお願いします。(info@spf-sendai.payhub.jp)

※「現地払い」を選択した方は、教室初回までに、窓口にて現金で受講料のお支払いをお願いします。

※「クレジットカード払い」を選択した方は、その場で決済完了です。

▼窓口申込…青葉体育館の窓口でプログラムサーチ申込用紙に必要事項を記入してお申し込みください。

※会員登録をしていない方は、新規会員登録が必要です。

※現金払いのみのお取り扱いとなり、ポイントを使用することはできません。

注意事項

↓注意事項はこちら



■お申込みの前に右のQRコードから「**スポーツ教室に係る注意事項**」を必ずご一読ください。

■一度お支払いいただいた受講料は、原則として返金できません。

■事業の様子を写真・動画撮影し、ホームページ等広報に使用させていただく場合があります。

■個人情報等について、関係法令を遵守して取り扱うものとし、当財団の事業以外の目的には利用いたしません。

■貴重品は自己管理をお願いします。盗難・紛失等の責任は、当館では負いかねます。

■駐車場は有料です。(最初の1時間100円、その後30分毎に50円) 混雑・満車となる場合があります。



本山製作所青葉アリーナ

(指定管理者：公益財団法人仙台市スポーツ振興事業団)

〒981-0912 仙台市青葉区堤町1丁目1番5号

TEL 022-717-1191 FAX 022-717-1533



申込専用サイト

▼プログラムサーチ