

令和7年度 元気フィールド仙台 当日参加型プログラム

# ZUMBA®（木曜日）

ラテン系の音楽とダンスを融合させたエクササイズです。見よう見まねで好きに動いて楽しもう！

|          |  |
|----------|--|
| 対象       | 高校生以上  |
| 時間       | 19:40～20:30（受付 19:20～）                             |
| 会場       | プール棟スタジオ（プール窓口にて受付）                                |
| 定員       | 各回 20名   |
| 料金       | 1回 600円  |
| 講師       | 松浦 弘美 先生   |
| 申込<br>受付 | 【事前予約制】<br>専用予約ページ／電話／窓口にて<br>毎月20日9:00から翌月分予約開始   |
| 持ち物      | 飲み物・タオル・動きやすい服装<br>室内用シューズ                         |
| 問合せ      | 〒983-0039<br>仙台市宮城野区新田東4丁目1-1<br>TEL. 022-231-1221 |

| 開催月 | 開催日 |    |    |    |    |
|-----|-----|----|----|----|----|
| 4月  | 10  | 17 | 24 |    |    |
| 5月  | 1   | 8  | 15 | 22 | 29 |
| 6月  | 5   | 12 | 19 | 26 |    |
| 7月  | 3   | 10 | 24 | 31 |    |
| 8月  | 7   | 21 | 28 |    |    |
| 9月  | 4   | 11 | 18 | 25 |    |
| 10月 | 2   | 9  | 16 | 23 | 30 |
| 11月 | 6   | 13 | 27 |    |    |
| 12月 | 4   | 11 | 18 | 25 |    |
| 1月  | 8   | 22 | 29 |    |    |
| 2月  | 5   | 12 | 19 | 26 |    |
| 3月  | 5   | 12 | 19 |    |    |

年間  
教室  
日程



専用  
予約  
ページ



※休講になった場合、電話連絡は行いません。  
休講情報はHPでご覧いただくかお電話でご確認ください。

※プログラム活動中の様子を職員が撮影いたします。  
HP・チラシ・パンフレット等に掲載されることを承諾願います。