

しっかり効かせる！マシントレーニング（金曜日）

トレーニングを始めたい方や、方法を学びたい方向けのプログラムです。

対 象	高校生以上 ※トレーニング室利用者証保持者
時 間	19:00～20:30 （受付 18:40～）
会 場	トレーニング室（プール棟ロビーにて受付）
定 員	各回 6名
料 金	1回 600円
講 師	元気フィールド仙台 スポーツ指導員
受 付	【事前予約制】 専用予約ページ／電話／窓口にて 当日は直接プール棟にお越しください。
持ち物	飲み物・タオル・動きやすい服装 室内用シューズ
問合せ	〒983-0039 仙台市宮城野区新田東4丁目1-1 TEL.022-231-1221

開催月	開催日	申込期間
4月	11	3/20(木) 9時～
6月	6	5/20(火) 9時～
8月	8	7/20(日) 9時～
10月	10	9/20(土) 9時～
12月	12	11/20(木) 9時～ ※女性限定
2月	13	1/20(火) 9時～ ※女性限定

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。