

令和7年度 元気フィールド仙台 当日参加型プログラム

# 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～ <b>※女性限定</b>
2月	13	1/20(火) 9時～ <b>※女性限定</b>

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。