

【月曜日 / 一般対象】

シェイプアップエアロ 1期

◆ 内 容 初級レベルのエアロビクス教室。初めての方にも安心して受講いただけるような内容です。運動不足解消，代謝UP，筋力強化したい方，一緒に気持ちよく運動していきましょう。

◆ 日 程

4月	6・13・20・27
5月	11・18・25
6月	1・8・22

◆ 時 間 11：00 ～ 11：50

◆ 会 場 仙台市泉総合運動場 泉武道館2F(剣道場)

◆ 定 員 35名

◆ 講 師 芳田 衣里香 先生

◆ 受 講 料 7,500円

◆ 準 備 物 運動着・室内用シューズ・汗拭きタオル・ドリンク

◆ 申込方法 NET・窓口 (先着順)

◆ 申込期間 **【優先受付】** 3月 2日(月) ～ 3月16日(月)

【新規受付】 3月23日(月) ～ 3月30日(月)

◆ 問 合 せ



指定管理者 (公財)仙台市スポーツ振興事業団 仙台市泉総合運動場

〒981-3124 泉区野村字新桂島前60 TEL : 372-1019