

【木曜日・一般(高校生以上)】

(木)エアロビクス

ステップのバリエーションを徐々に増やしながらか運動量を上げていきます！
体幹の強化を図り、バランスの取れた身体をつくりましょう★

1期	4月	11・18・25	受講料 9,000円	優先申込	2/29(木)~3/13(水)
	5月	9・16・23		新規申込 ※優先申込の残り枠	3/14(木)~4/10(水)
	6月	6・13・20・27			
2期	7月	11・18	受講料 9,000円	優先申込	6/6(木)~6/19(水)
	8月	1・8・22・29		新規申込 ※優先申込の残り枠	6/20(木)~7/10(水)
	9月	5・12・19・26			
3期	10月	3・10・17・24・31	受講料 10,800円	優先申込	9/5(木)~9/18(水)
	11月	7・14・21・28		新規申込 ※優先申込の残り枠	9/19(木)~10/2(水)
	12月	5・12・19			
4期	1月	9・16・23・30	受講料 9,000円	優先申込	11/28(木)~12/11(水)
	2月	6・13・20・27		新規申込 ※優先申込の残り枠	12/12(木)~1/8(水)
	3月	6・13			

- 時間 10:00~11:30
- 会場 泉武道館 2階剣道場 ※会場内は水分補給以外の飲食は禁止です。
- 定員 各期/40名 ※申込が少ない場合、開催を見合わせる場合があります。
- 準備物 運動着・室内用シューズ・タオル・ドリンク
ヨガマット※各自でご持参ください。



- 講師 河野みのり先生
- 申込方法 インターネットから申込(専用WEBサイト「プログラムサーチ」から) ※申込操作がご不明な方は窓口まで
(※各申込開始日の9時から。窓口は9時~21時、休館日は17時まで。)
- その他
 - ・一度お支払い頂いた受講料は、原則お返しできません。
 - ・お子様連れでの受講はできません。
 - ・事業の様子を撮影し広報物等に掲載・使用する場合がありますので予めご了承ください。
 - ・やむを得ない事情により、急遽中止となる場合がございます。

カメラで読み取ると
申込サイトへ繋がります。

仙台市泉総合運動場

(指定管理者：公益財団法人仙台市スポーツ振興事業団)

仙台市泉区野村字新桂島前60

TEL：022-372-1019 FAX：022-372-0151

泉総合運動場

HP

様々な情報を更新中！

follow us!

Instagram

@izumi_general_athletic_field

