令和６年度　仙台市泉総合運動場　主催

ゆるらくエクサ

◆ **内　容**　元気に若々しい生活を目指し自分にあったエクササイズを選んでいただけるよう、週替わりプログラムを用意しています。

◆ **日　程**

開催日（ 木曜 開催）					
5月	9	16	23		
6月	6	13	20	27	
7月	4	11	18		
8月	1	8	22	29	
9月	5	12	19	26	
10月	3	10	17	24	31
11月	7	14	21	28	
12月	5	12	19		
1月	9	16	23	30	
2月	6	13	20	27	
3月	6	13			

◆ **時　間**　**10:00～10:30**

◆ **会　場**　**泉総合運動場　弓道場控室**

◆ **対　象**　一般(高校生以上)

◆ **定　員**　【先着】 10名

◆ **講　師**　施設スポーツ指導員

◆ **参加料**　300円

◆ **申込み**　事前予約制です。電話・窓口にてお申込みください。
申込期間は、開催日より6日前（金曜日）の9時～前日（水曜日）の21時まで

◆ **持ち物**　運動着・汗拭きタオル・ドリンク・その他各自必要なもの

◆ **その他**　記録・広報のため、写真撮影をさせていただきく場合があります。

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
Izumi General Athletic Field
HP

様々な情報を更新中！
follow us!
Instagram
@izumi_general_athletic_field