

令和7年度 北中山コミュニティグラウンド 1月～3月開催教室一覧

		〒	981-3215	住所	泉区北中山4-26-14		TEL	022-348-2515	
		URL	https://www.spf-sendai.jp/kitanakayama/						
分類	事業名	開催日時		定員 (人)	費用 (円)	受付日時	備考		
	(参加対象)			[先着/抽選]		方法			
大人向け	シニア健康エクササイズ	(ア)1/14 (イ)1/28	9:30～10:30 10:45～11:45	各7名	各500円	(ア)12/17 9:00～ (イ)1/14 9:00～	場所:集 会室		
	(60歳以上)			[先着]		電話・直接窓口			
	シニア健康エクササイズ	(ア)2/25(イ)3/11	9:30～10:30 10:45～11:45	各7名	各500円	(ア)2/11 9:00～ (イ)2/25 9:00～	場所:集 会室		
	(60歳以上)			[先着]		電話・直接窓口			
	シニア健康エクササイズ	3/11	9:30～10:30 10:45～11:45	各7名	各500円	2/25 9:00～	場所:集 会室		
	(60歳以上)			[先着]		電話・直接窓口			
	1から始めるノルディックウォーキング	2/13	10:00～11:30	30名	800円	1/23 10:00～	場所:施 設 周辺		
	(一般)			[先着]		電話・窓口			
	大人の遠足ノルディック(初級)	1/18	9:30～12:00	20名	1,000円	1/6 10:00～	場所:紫 山公園周 辺		
	(一般)			[先着]		電話・窓口			
	大人の遠足ノルディック(中級)	2/8	9:30～12:00	20名	1,000円	1/25 10:00～	場所:七 北田公園 周辺		
	(一般)			[先着]		電話・窓口			
女性向け	歪みを整える自力整体(12月1月)	12/5、12/12、 1/16、1/23 (4回)	14:00～15:30	各6名	各1,500円	11/1～11/20	場所:集 会室		
	(一般・女性)			[抽選]		WEB・窓口			
	歪みを整える自力整体(2月)	2/6、13、20、27 (4回)	14:00～15:30	各6名	各1,500円	1/6～1/26	場所:集 会室		
	(一般・女性)			[抽選]		WEB・窓口			
	少人数で行う女性のヒーリングヨガ	1/19～3/2 (6回)	9:30～10:30 10:45～11:45	各6名	5,400円	12/15 10:00～	場所:集 会室		
(一般・女性)	[先着]			WEB・窓口					