

月曜日
午後

シニア健康教室①・②

機能低下予防

基礎体力向上

ストレス解消

- ・加齢に伴う機能低下を予防・改善し、生涯を通じた健康づくりを目指します。
- ・タオルやバランスパッドなど様々なアイテムを使用し、楽しんで運動できます。

通年プログラムとは？	年間を通して開催しているプログラムです。 参加中の方は、決められたスケジュールで手続きをすることで継続して受講する事が可能です。 定員に空きがあれば、先着で空き申し込みを受付しています。	教室詳細	● 時間	①13:15～14:15 ②14:30～15:30
	※申し込みはすべて「プログラムサーチ」での受付です。 QRコードより申し込みください。		● 受講料	各期5,600円
			● 対象	おおむね60歳以上
			● 定員	各16名
			● 講師	原田 智聡 先生
			● 会場	2F スタジオ(食堂)
			● 準備物	運動できる服装・室内用シューズ タオル・飲み物・SPFカード



プログラムサーチ

日程			申込日程	
1期	4月	8・15・22	1期申込期間 R6.3.1(金)～R6.3.21(木)	※1期は、抽選にて申し込みを受付いたします。 当選した方は7日以内に「支払方法選択」をしてください。 (クレジット払い/現地払い) 定員に空きがあれば、R6.3.29から先着にて追加募集を行います。
	5月	13・27		
	6月	3・17・24		
2期	7月	1・8・29	2期 継続申込期間	R6.5.13(月)～6.16(日)
	8月	5・26	2期 空き申込期間 (先着)	R6.6.17(月)9:00～
	9月	2・9・30		
3期	10月	7・21・28	3期 継続申込期間	R6.8.5(月)～R6.9.8(日)
	11月	11・18・25		
	12月	2・23		
4期	1月	6・27	4期 継続申込期間	R6.11.11(月)～R6.12.1(日)
	2月	3・10・17		
	3月	3・10・17		

※継続申込期間に申し込みが無かった場合は、受講の確約はできません。
空き申し込みでの受付(先着)となりますので、ご注意ください。

申込方法

WEB申込

クレジット払い○

ポイント使用○

初回登録時500Pプレゼント！

- QRコードから「プログラムサーチ」にアクセスして申し込みください。

※初回は会員登録が必要です。

※ドメイン指定をしている方は解除をお願いします。(info@spf-sendai.payhub.jp)



プログラムサーチ

窓口申込

- プログラムサーチ申込用紙に必要事項を記入して申し込みください。

※現金払いのみのお取り扱いです。

※ポイントを使用することはできません。

※会員登録をしていない方は、申し込み時に新規登録をお願いします。

※1期のお申し込み時のみ、「官製はがき」が必要です。

受講日の流れ

■出席処理

SPFカードまたはマイページのQRコードを、出席パネルにかざして出席処理をお願いします。
※カード忘れなど、処理ができない場合は事務室へお声がけください。

■着替え、準備

更衣室はトレーニング室前をご利用ください。

■会場へ

注意事項

一度お支払い頂いた受講料は原則として返金できません。

事業の様子は写真・動画撮影をさせていただき、ホームページ等に掲載する場合がございます。予めご了承ください。

駐車場は有料です。(1時間100円、その後30分毎に50円)満車の場合は近隣のコインパーキング等をご利用ください。

路上への駐車等はおやめください。

貴重品は自己管理をお願いします。盗難・紛失等の責任は当館では負いかねます。

個人情報等については、関係法令を遵守して取り扱うものとし、当財団の事業以外の目的には利用いたしません。

夜間(17時以降)の小学生対象教室にご参加の場合は、原則として、保護者の方の送迎をお願いいたします。

