

土曜日
夜間

アライメントムーブ

基礎代謝アップ

柔軟性向上

健康維持

- ・関節可動域拡大バンド「モビバン」と「マット」を使用した、身体の動きを軽やかにするためのエクササイズです。
- ・骨格配列(アライメント)を調整し、正しい姿勢や滑らかな動作に導くために、ストレッチやインナーマッスルトレーニングを行います。

日程		教室詳細
4月	11・18・25	<ul style="list-style-type: none">● 時 間 18:00~18:50● 受講料 7,000円(全10回分)● 対 象 一般● 定 員 20名● 講 師 健幸工房より派遣● 会 場 スタジオ
5月	9・16・23・30	
6月	6・13・20	<ul style="list-style-type: none">● 準備物 運動できる服装・室内用シューズ 飲み物・タオル・SPFカード
申込日程		定員に達しなかった場合は以下の日程で 追加募集 を行います。
抽選受付	令和8年2月21日(土)9:00~ 令和8年3月14日(土)23:59まで	先着受付 令和8年3月22日(日)9:00~
注意事項		
<ul style="list-style-type: none">・多くの方に教室を受講していただけるよう、全期抽選とさせていただきます。予めご了承ください。(優先申込はございません。)・会場は七十七銀行旧泉崎支店内となります。(下記をご参照ください)間違えのないようお気を付けください。・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。・駐車場は仙台市体育館西側の臨時駐車場となります。路上への駐車等はおやめください。また、会場まで気を付けてお越しください。・会場への入場は15分前からとなります。(待機スペースはありません)なお、教室終了後は速やかにご退出ください。・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。・教室中に怪我や事故が発生した場合は、当日中にスタッフまでお伝えください。・日程が変更となる場合があります。予めご了承ください。		



登録方法

WEB登録

登録時500Pプレゼント
クレジット払い+現地払い○
ポイント使用○(クレジット払いのみ)
申込はWEBのみ

プログラムサーチから会員登録

※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)

※パスワードは忘れないように保存してください。



←登録はこちらから

窓口登録

現地払いのみ○
ポイント使用×
申込は窓口のみ

窓口で会員登録用紙の記入

申込み方法

プログラムサーチ内から
希望教室を検索し、申込み

窓口で申込み用紙に必要事項を記入
官製はがきを持参

抽選結果

メールで当落結果を送信

はがきで当落結果を郵送

支払方法 (当選の場合)

受信メールから支払い方法の選択
メール受信日を含む7日以内に選択
※選択を行わない場合キャンセル扱いとなります。

窓口で受講料のお支払い

SPFカードを持参
※初めての方は窓口で作成します。

現地払い

クレジット払い

会員ページから
QRコードを表示
窓口で受講料のお支払い

その場で決済完了
※カード情報の登録が必要です。