

健康リズム体操教室

内 容 簡単なエアロビクスのステップや、パンチ・キック等の動きを音楽に合わせて行います。
健康維持・増進、運動不足解消にも効果的です。リズムに乗って、楽しく運動を行いましょう。

	開催日程（水曜日）					申込期間	受講料
Ⅰ期	4/12	4/19	4/26	5/17	5/24	3/15（水）9:00～ ～3/29（水）23:59 抽選日：3/30	全8回 4,800円
	6/7	6/14	6/21				
Ⅱ期	6/28	7/5	7/12	7/19	7/26	5/31（水）9:00～ 6/14（水）23:59 抽選日：6/15	全9回 5,400円
	8/2	8/9	8/23	8/30			
Ⅲ期	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	8/23（水）9:00～ 9/13（水）23:59 抽選日：9/14	全7回 4,200円
	11/1	11/8					
Ⅳ期	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	10/18（水）9:00～ 11/1（水）23:59 抽選日：11/2	全7回 4,200円
	12/20	12/27					
Ⅴ期	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	12/6（水）9:00～ 12/20（水）23:59 抽選日：12/21	全9回 5,400円
	2/21	2/28	3/6	3/13			

時 間 9:30～10:30

対 象 / 定 員 一般 / 18名

講 師 / 会 場 井上 響 先生（ミズノスポーツ派遣講師） / 2階会議室（4）

準 備 物 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、インシューズ、ヨガマット、会員QRコード

※ヨガマットは貸出用がございますが、感染症対策のため可能な方はご持参ください。
(バスタオル代用可)



申 込 ・ 支 払 方 法	<p>定員を超えた場合は「抽選」となります。以下のいずれかの方法でお申し込みください。</p> <p>1. 【web「SPFプログラムサーチ」から申し込み】 https://spf-sendai.payhub.jp/</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ご利用には会員登録が必要です。（登録無料） ○抽選日に、抽選結果のメールをお送りいたします。 ○当選メールが届いた方は、マイページにて抽選日を含め7日以内に支払方法を選択してください。 <ul style="list-style-type: none"> ◆クレジットカード払い・・・支払い方法選択と同時に決済完了 ◆施設窓口現金払い・・・開催当日までに窓口にてお支払いください <p>※期間内に選択をしない場合「自動キャンセル＝当選が無効」となりますのでご注意ください。</p>
	<p>2. 【窓口申込】 インターネット環境がない方は窓口にて申込用紙をご記入ください。（会員登録）</p> <ul style="list-style-type: none"> ○抽選結果は、窓口または電話にてお問い合わせください。 ○開催当日までに窓口にてお支払いください。

※入金後のお客様都合によるキャンセルは、原則返金いたしかねますのでご了承ください。

※キャンセルする場合は、お手数ですがご連絡をお願いいたします。

そ の 他

1. スポーツ保険に加入しております。
2. 貴重品は各自で責任を持って管理してください。
3. 教室の写真・記事・記録等が新聞・テレビ・雑誌・インターネット・パンフレット等に報道・掲載されることを了承願います。
4. ご参加の際は、感染症対策へのご協力をお願いいたします。
5. 急遽、教室を中止する場合には、施設ホームページへの掲載とご登録のメールアドレス(web登録者)へメールをお送りいたします。

＼ 各種webサイトはこちらから ／

施設ホームページ



SPFプログラムサーチ



宮城野原公園総合運動場・弘進ゴム アスリートパーク仙台（仙台市陸上競技場）
〒983-0045 仙台市宮城野区宮城野二丁目11-6 **TEL** 022-256-2488

指定管理者 (公財)仙台市スポーツ振興事業団