

令和6年度 マイタウンスポーツデー  
宮城野区スポ・レク祭

## キックボクシング体験教室／開催要項

キックやパンチの基本のフォームからスタートして、教室の最後にはミット打ちまで行います。

ダイエットや格闘技に興味のある方、ストレスを発散したい方などどなたでも大歓迎！

必要な用具は、全てレンタル可能ですので気軽にご参加いただけます！

※参加申込は事前申込で先着順となります。定員になり次第、受付を終了させていただきます。

1. 開催日 令和6年10月14日(月) スポーツの日

①13:30～14:30 ②14:40～15:40

※各回20分前からアリーナ棟2階多目的室前で受付を行います。

時間まで遅れずにお集まりください。

2. 開催場所 新田東総合運動場内 多目的室

3. 対象 小学生から一般の方

各回15名 ※事前申込が必要となります。

4. 参加料 無料

5. 申込方法 宮城野体育館窓口 又は 電話 にて受付

申込開始日 令和6年9月8日(日) 13:00～(先着順)

6. 持ち物 動きやすい服装・室内用の運動靴(サンダル不可)・タオル・飲み物  
軍手

7. お問い合わせ 仙台市新田東総合運動場(宮城野体育館)

住所：仙台市宮城野区新田東4-1-1

電話番号 022-231-1221

