

【水曜日・一般(高校生以上)】

# (水)格闘シェイプ


パンチやキックの動作を行いシェイプアップしていきます。アクティブに動きたい方におすすめのプログラムです。

1期	4月	9・16	受講料 7,650円	新規申込	3/12(水)~4/8(火)
	5月	7・14・21・28			
	6月	4・11・25			
2期	7月	2・16・30	受講料 8,500	優先申込	5/28(水)~6/10(火)
	8月	20		新規申込 ※優先申込の残り枠	6/11(水)~7/1(火)
	9月	3・10・17・24			
	10月	1・8			
3期	10月	15・22・29	受講料 8,500	優先申込	9/17(水)~9/30(火)
	11月	5・12・19・26		新規申込 ※優先申込の残り枠	10/1(水)~10/14(火)
	12月	3・10・17			
4期	1月	7・14・21・28	受講料 8,500	優先申込	11/26(水)~12/9(火)
	2月	4・18・25		新規申込 ※優先申込の残り枠	12/10(水)~1/6(火)
	3月	4・11・18			

- 時間 10:00~10:50
- 会場 泉武道館 2階剣道場 ※会場内は水分補給以外の飲食は禁止です。
- 定員 各期/40名 ※申込が少ない場合、開催を見合わせる場合があります。
- 準備物 運動着・室内用シューズ・タオル・ドリンク
- 講師 高橋 努 先生
- 申込方法 インターネットから申込(専用WEBサイト「プログラムサーチ」から) ※申込操作がご不明な方は窓口まで  
(※各申込開始日の9時から。窓口は9時~21時、休館日は17時まで。)
- その他
  - ・一度お支払い頂いた受講料は、原則お返しできません。
  - ・お子様連れでの受講はできません。
  - ・事業の様子を撮影し広報物等に掲載・使用する場合がありますので予めご了承ください。
  - ・やむを得ない事情により、急遽中止となる場合がございます。




カメラで読み取ると  
申込サイトへ繋がります。



**仙台市泉総合運動場**  
(指定管理者：公益財団法人仙台市スポーツ振興事業団)  
仙台市泉区野村字新桂島前60  
TEL：022-372-1019 FAX：022-372-0151


泉総合運動場



HP

様々な情報を更新中!

follow us!



Instagram  
@izumi\_general\_athletic\_field

