

【木曜日・一般(高校生以上)】

(木)エアロビクス

ステップのバリエーションを徐々に増やしながらか運動量を上げていきます！
体幹の強化を図り、バランスの取れた身体をつくりましょう★

1期	4月	10・17・24	受講料 8,100円	優先申込	3/6(木)~3/19(水)
	5月	8・29		新規申込 ※優先申込の残り枠	3/20(木)~4/9(水)
	6月	5・12・19・26			
2期	7月	3・10・31	受講料 9,000円	優先申込	6/5(木)~6/18(水)
	8月	7・21・28		新規申込 ※優先申込の残り枠	6/19(木)~7/2(水)
	9月	4・11・18・25			
3期	10月	2・9・23・30	受講料 9,000円	優先申込	9/4(木)~9/17(水)
	11月	6・13・20		新規申込 ※優先申込の残り枠	9/18(木)~10/1(水)
	12月	4・11・18			
4期	1月	8・15・22・29	受講料 9,000円	優先申込	11/20(木)~12/10(水)
	2月	5・12・19		新規申込 ※優先申込の残り枠	12/11(木)~1/7(水)
	3月	5・12・19			

■ 時 間 10:00~11:30

■ 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
ヨガマット※各自でご持参ください。


■ 講 師 河野 みのり 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!



Instagram
@izumi_general_athletic_field

