

火曜日
午前

水中ウォーキング


免疫向上

持久力アップ

心肺機能向上

- ・浮力を利用して、膝や腰にやさしい運動を行います。
- ・泳げない方もOK！

※1人で参加出来る方(着替え等含む)が対象となります。

通年プログラムとは？	年間を通して開催しているプログラムです。 参加中の方は、決められたスケジュールで手続きをすることで継続して受講する事が可能です。 定員に空きがあれば、先着で空き申し込みを受付しています。	教室詳細	● 時間	11:40~12:40
	※申し込みはすべて「プログラムサーチ」での受付です。 QRコードより申し込みください。		● 受講料	各期8,000円
			● 対象	一般
	プログラムサーチ		● 定員	各25名
			● 講師	沼倉 恵理 先生
			● 会場	2F 温水プール
			● 準備物	水着・水泳帽子・ゴーグル タオル・飲み物・SPFカード

日程			申込日程	
1期	4月	16・23・30	1期申込期間	R6.3.1(金)~R6.3.21(木)
	5月	7・14・28		
	6月	11・25		
※1期は、抽選にて申し込みを受付いたします。 当選した方は7日以内に「支払方法選択」をしてください。 (クレジット払い/現地払い) 定員に空きがあれば、R6.3.29から先着にて追加募集を行います。				
2期	7月	2・16・30	2期 継続申込期間	R6.5.7(火)~6.10(月)
	8月	27		
	9月	3・10・24	2期 空き申込期間 (先着)	R6.6.11(火)9:00~
	10月	1		
3期	10月	8・22・29	3期 継続申込期間	R6.8.27(火)~R6.9.23(月)
	11月	5・12・19		
	12月	3・17	3期 空き申込期間 (先着)	R6.9.24(火)9:00~
4期	1月	7・28	4期 継続申込期間	R6.11.5(火)~R6.12.2(月)
	2月	4・18・25		
	3月	4・11・25	4期 空き申込期間 (先着)	R6.12.3(火)9:00~

※継続申込期間に申し込みが無かった場合は、受講の確約はできません。(継続意思確認の連絡はいたしませんのでご了承ください。)
期間が過ぎた場合は空き申し込みでの受付(先着)となりますので、ご注意ください。

申込方法

WEB申込

クレジット払い○

ポイント使用○

初回登録時500Pプレゼント！



プログラムサーチ

- QRコードから「プログラムサーチ」にアクセスして申し込みください。

※初回は会員登録が必要です。

※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)

窓口申込

- プログラムサーチ申込用紙に必要事項を記入して申し込みください。

※現金払いのみのお取り扱いです。

※ポイントを使用することはできません。

※会員登録をしていない方は、申し込み時に新規登録をお願いします。

※1期のお申し込み時のみ、「官製はがき」が必要です。

受講日の流れ

- 出席処理 SPFカードまたはマイページのQRコードを、出席パネルにかざして出席処理をお願いします。
※カード忘れなど、処理ができない場合は事務室へお声がけください。
- 着替え、準備 更衣室はトレーニング室前をご利用ください。
- 会場へ

注意事項

- ・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。
- ・駐車場は有料です。(1時間100円、その後30分毎に50円)満車の場合は近隣のコインパーキング等をご利用ください。
路上への駐車等はおやめください。
- ・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。

