

月曜日
午後


シニア健康教室①・②

機能低下予防

基礎体力向上

ストレス解消

- ・加齢に伴う機能低下を予防・改善し、生涯を通じた健康づくりを目指します。
- ・タオルやバランスパッドなど様々なアイテムを使用し、楽しんで運動できます。

日程		教室詳細	
4月	7・21・28	● 時間	①13:15～14:15 ②14:30～15:30
5月	12	● 受講料	2,800円(全4回分)
		● 対象	おおむね60歳以上
		● 定員	各16名
		● 講師	原田 智聡 先生
		● 会場	2F スタジオ(食堂)
		● 準備物	運動できる服装・室内用シューズ タオル・飲み物・SPFカード
申込日程		定員に達しなかった場合は以下の日程で追加募集を行います。	
抽選受付	令和7年3月1日(土)9:00～ 令和7年3月22日(土)23:59まで	先着受付	令和7年3月30日(日)9:00～
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!		
	・ 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)	プログラムサーチ	
窓口申込	・ 官製はがきとSPFカードを持って窓口へ ※会員登録をしていない方は、申し込み時に新規登録が必要です。 ・ 窓口で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。		

当選したら…

- メール到着日を含む**7日以内**に「**支払い方法の選択**」が必要です。
 - クレジットカード払い…その場で決済完了
 - 現地払い…受講料をお持ちのうえ窓口へ
- ※この操作をしないと、申し込みがキャンセルとなります。

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下さい。
- 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。
- ・大規模改修工事に伴い、6月以降会場や曜日等が変更となる場合があります。ご理解の程よろしくお願いいたします。