

火曜日  
午前

## 週いち！健康エクササイズ

有酸素運動

脂肪燃焼

血流改善

- 当館のスポーツ指導員が毎回違ったテーマでトレーニング&ストレッチ&エアロビクスを指導！
- 当日型だから気楽に参加できます！簡単なエアロビクス運動も大人気です♪

### 開催日

4 月 8 ・ 15 ・ 22

5 月 13

### 教室詳細

- 時間 9:45～10:35
- 受講料 400円/回（当日現地払い）
- 対象 一般
- 定員 100名程度
- 講師 カメイアリーナ仙台  
スポーツ指導員
- 会場 1F 第二競技場
- 準備物 運動着・室内用シューズ・タオル・飲み物

- ・事前申込不要です。当日券売機にてチケットを購入し、会場までお越しください。
- ・ポイントカードがございます。初回、受付にて発行いたします。

### 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。
- ・6月以降の開催につきましては、決定次第お知らせいたします。