スポーツ情報

※教室の参加について健康上の不安がある方は、事前に各施設にご相談ください

◆スポーツ教室

対象年齢　4歳児：平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ
5歳児：平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ

①青葉体育館☎717・1191　②若林体育館☎236・0011　③鶴ケ谷温水プール☎252・1186　④仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬☎392・5340　⑤水の森温水プール☎277・2713

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
①	フラダンス（一般）	1/6～2/10（5回）	10:00～11:30	20人〔先着〕	3,500円	12/9 14:00～
②	はじめてのヒップホップダンス（小学3～6年生）	1/13～3/9（8回）	18:10～19:10	20人〔先着〕	6,000円	12/16 13:30～
	ヒップホップダンス（小学3年生～中学生）	1/13～3/9（8回）	19:20～20:20	20人〔先着〕	6,000円	12/16 13:30～
③	成人水泳（一般）	(ア)1/18・25（2回）(イ)1/8～29（4回）	10:00～11:00	各20人〔先着〕	(ア)1,810円 (イ)3,620円	12/6 9:00～
	親子水泳（おむつがとれている2歳以上の幼児と保護者）	1/9～30（4回）	13:00～14:00	15組〔先着〕	3,620円	12/6 9:00～
	膝痛・腰痛水中運動（一般）	1/14～28（4回）	11:00～12:00	40人〔先着〕	3,620円	12/6 9:00～
④	シェイプエアロ60（一般）	1/13～2/24（7回）	11:00～12:00	30人〔先着〕	4,880円	12/7 9:00～
	いきいき体操（50歳以上）	1/12～2/23（7回）	13:00～14:30	10人〔先着〕	4,880円	12/7 9:00～
	バドミントン（一般）	1/14～2/25（6回）	13:00～14:00	10人〔先着〕	3,880円	12/7 9:00～
⑤	小学生水泳（小学生）	(ア)1/14～28（3回）(イ)(ウ)1/9～30（各4回）	(ア)16:30～17:30 (イ)9:00～10:00 (ウ)16:00～17:00	各30人〔先着〕	(ア)2,710円 (イ)(ウ)各3,620円	12/6 9:00～
	成人水泳（一般）	(ア)1/13～27（3回）(イ)1/8～29（4回）	18:45～19:45	各20人〔先着〕	(ア)2,710円 (イ)3,620円	12/6 9:00～

申費用を添えて直接施設へ。②はホームページhttp://www.spf-sendai.jp/wakabayashi/からも申し込めます

⑥仙台市体育館☎244・1111（〒982-0032太白区富沢1-4-1）　⑦秋保体育館☎399・2757（〒982-0243太白区秋保町長袋字上原21-3）　⑧元気フィールド仙台☎231・1221（〒983-0039宮城野区新田東4-1-1）

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑥	骨盤調整エクササイズ（一般）	1/19～3/15（7回）	13:30～14:30	40人〔抽選〕	4,000円	12/10（必着）
	バドミントン（高校生以上）	1/28～3/24（6回）	19:00～21:00	30人〔抽選〕	5,000円	12/10（必着）
	親子ビクス（1歳7カ月～3歳の幼児と保護者）	1/19～3/8（6回）	10:00～10:50	30組〔抽選〕	1組3,750円	12/10（必着）
⑦	テニス 初級・初中級（一般）	(ア)1/13～3/9 (イ)1/14～3/10（各8回）	10:00～12:00	各10人〔抽選〕	各10,000円	(ア)12/23 (イ)12/24（必着）
	小学生テニス 初級・初中級（小学生）	1/16～3/5（7回）	10:00～12:00	20人〔抽選〕	7,000円	12/24（必着）
⑧	(ア)エアロ美シェイプ (イ)スッキリ！美トレ（一般）	1/7～3/24（10回）	(ア)10:00～11:00 (イ)11:15～12:00	各30人〔先着〕	各6,000円	★12/10 9:00～
	キッズサッカー（(ア)4・5歳児 (イ)小学1・2年生）	1/14～3/24（8回）	(ア)15:30～16:20 (イ)16:40～17:30	各30人〔抽選〕	各5,000円	◆12/16（必着）

申往復はがきに申込時の必要事項を記入して施設へ郵送。★は電話または費用を添えて直接施設へ。⑥◆はホームページ（⑥http://www.spf-sendai.jp/scg/◆http://www.spf-sendai.jp/genki/）からも申し込めます。⑦⑧は直接施設も可（はがき持参で）

⑨仙台市陸上競技場☎256・2488、FAX299・3895

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑨	基礎運動教室（小学3～5年生）	1/16～2/20（6回）	15:30～16:30	20人〔先着〕	3,000円	12/7 9:00～
	ピラティス（一般）	1/22～3/25（10回）	10:00～11:00	30人〔先着〕	5,000円	12/18 9:00～
	ヨガ（一般）	1/19～3/22（10回）	14:00～15:00	30人〔先着〕	5,000円	12/15 9:00～

申ファクス（申込時の必要事項を記入）または直接施設へ

申込時の必要事項 ①応募内容 ②〒住所 ③氏名（フリガナ）④☎・FAX ※往復はがきの場合は返信先も記入

⑩泉総合運動場☎372・1019　⑪中田温水プール☎306・5971　⑫シェルコムせんだい☎218・5656

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑩	骨盤調整（一般）	1/18～3/28（9回）	11:05～11:55	35人〔先着〕	6,750円	12/10 10:00～
	小学生HIPHOP（ヒップホップ）（小学3～6年生）	1/18～3/14（8回）	16:30～17:30	20人〔先着〕	5,200円	12/10 10:00～
	ZUMBA（ズンバ）（一般）	1/16～3/19（10回）	15:30～16:20	35人〔先着〕	7,500円	12/6 10:00～
	ピラティス（一般）	1/7～3/17（10回）	14:30～15:20	30人〔先着〕	7,500円	12/6 10:00～
	バランスコーディネーション（一般）	1/5～3/8（10回）	13:00～13:50	30人〔先着〕	7,500円	12/10 10:00～
⑪	お試しフィットネス（18歳以上）	1/5～29（4回）	20:00～22:00	10人〔先着〕	3,240円	12/6 13:00～
⑫	親子DE（デ）ビクス・冬（H25年2月1日～H25年12月31日生まれの幼児と保護者）	1/20～2/17（5回）	10:00～10:45	15組〔先着〕	1組3,000円	12/9 10:00～
	ベビーDEビクス・冬（H27年6月1日～H27年9月30日生まれの乳児と保護者）	1/20～2/17（5回）	11:00～11:45	15組〔先着〕	1組3,000円	12/9 10:00～

申電話または費用を添えて直接施設へ

⑬出花体育館☎786・3446

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑬	サッカーで遊ぼう！（(ア)4・5歳児 (イ)小学1・2年生）	1/13～3/2（8回）	(ア)15:30～16:20 (イ)16:40～17:30	各20人〔抽選〕	各4,000円	12/17（必着）
	ヨガ（一般）	1/8～2/26（8回）	12:30～14:00、14:30～16:00	各15人〔抽選〕	各4,000円	12/15（必着）

申直接施設へ。ホームページhttp://www.spf-sendai.jp/ideka/からも申し込めます

⑭根白石温水プール☎376・5124、FAX376・5109

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑭	らくらく水中ウオーキング（一般）	1/5～19（3回）	13:00～13:50	25人〔先着〕	2,840円	12/8 10:00～
	水中ストレッチ&（ア）ウオーキング（一般）	1/7～28（4回）	10:30～11:20	25人〔先着〕	3,780円	12/8 10:00～
	アクアビクス（一般）	(ア)1/18～2/1（3回）(イ)1/8～29（4回）	(ア)13:00～13:50 (イ)10:00～10:50	各25人〔先着〕	(ア)2,840円 (イ)3,780円	12/8 10:00～
	リハビリにおすすめの流水教室（一般）	(ア)1/18～2/1（3回）(イ)1/7～28（4回）	(ア)12:00～13:00 (イ)13:00～14:00	各10人〔先着〕	(ア)4,860円 (イ)6,480円	12/8 10:00～
	小学生水泳・初級（小学生）	(ア)1/18～2/1（3回）(イ)1/6～27（4回）(ウ)1/8～29（4回）(エ)1/9～30（4回）	(ア)(イ)(ウ) 16:30～17:30 (エ) 10:00～11:00	各16人〔先着〕	(ア)3,240円 (イ)(ウ)(エ) 4,320円	12/8 10:00～
	太極拳（一般）	1/6～27（4回）	13:45～15:00	15人〔先着〕	3,780円	12/8 10:00～

申電話またはファクス（申込時の必要事項を記入）で

◆剣道指導者講習会

●日時＝12月23日㈷9:00～12:30　●会場＝仙台市武道館　●対象＝剣道の指導者（有段者に限る）30人〔先着〕　●費用＝500円　申青葉体育館で配布する申込用紙（ホームページhttp://www.spf-sendai.jp/aoba/からも取り出せます）またはファクスで12月6日9:00から　申・問青葉体育館☎717・1191、FAX717・1533

◆プレイルーム「みんなであそぼう！」

●日時＝12月13日㈰14:00～16:00　●会場＝七北田公園体育館　●対象＝未就学児と保護者　●持ち物＝タオル・飲み物　●費用＝200円（保護者）　●直接会場へ　問七北田公園体育館☎375・9914

各施設の催しについては、仙台市スポーツ振興事業団ホームページ（http://www.spf-sendai.jp/）もご覧ください。