

シルバーセンター運動教室ご案内

令和3年度 7月～9月

Ⅱ期



シニア

元気あっぴあ ↑

運動教室



緊急募集！ 先着
6月30日締め切り

運動や
健康講話など
全8回
各60分

215-3194

R3.6.14現在

お電話お待ちしております

火曜日 7/6～9/14 (7/20、8/10・17除)	水曜日 7/7～9/8 (8/11、18除)
Cコース 9:30～10:30 空き 13 名	Eコース 12:45～13:45 空き 5 名

※参加当日は検温を実施します。また、運動の前後にはご自身で健康チェック（血圧測定など）を行っていただきます。

※教室開始時間の15分前から受付を行います。

※都合により講師が変更になる場合がございます。

- ▶ 対象者 市内在住またはお勤めの満65歳以上の運動可能な方（教室初回までに満65歳になっている方）
- ▶ 会場 仙台市シルバーセンター3階トレーニングルーム
- ▶ 費用 4,080円（税込 8回分）

お申込み・お問合せは裏面をご覧ください👉👈

①コース名	コース ※曜日、時間のお間違いが無いようご確認をお願いします
フリガナ ②氏名	
③住所	〒
④電話	
⑤年齢	満 歳

※ご記入いただいた個人情報は、当センターにて適切に管理し、この教室運営に関わる業務にのみ使用いたします。

キリトリ

- 上記の必要事項①～⑤を電話、または直接シルバーセンター3階窓口にお申込みください。
- **申込〆切 令和3年6月30日（水）先着**
- 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、日程を変更または中止をさせていただく場合があります。



<アクセス>

- JR仙台駅から徒歩約8分
- 地下鉄仙台駅・広瀬通駅から徒歩約8分
- 花京院シルバーセンター前バス停から徒歩約3分

※駐車場は収容台数が少ないため、できるだけ公共交通機関を利用ください。

(公財) 仙台市健康福祉事業団 いきいき健幸係

〒980-0013 仙台市青葉区花京院1-3-2 シルバーセンター3階
 電話：022-215-3194 FAX：022-215-3225
 (受付時間：土日・祝日を除く9:00～17:00)