

令和3年9月 仙台市健康増進センター 事業予定表

日	曜日	館内事業		館外事業
		午前	午後	
1	水	施設一般利用 (10:00~12:30)	健康づくり支援プラントレーニング	緊急事態宣言 (事業休止) ~9/12
2	木	シニアステップアップ運動教室1 シニアステップアップ運動教室2	健康づくり支援プラン (総合コース) いずみスマイル教室 呼吸らくらくレクリエーション	
3	金	いずみいきいき脳活健康教室 Ⅲ期③ 健康づくり支援プラン (身体活動コース)	健康づくり支援プラン (簡易コース) 障害者団体利用	
4	土	健康づくり支援プラントレーニング (個別対応)	健康づくり支援プラントレーニング	街なかエンジョイエクササイズS
5	日	施設一般利用 (10:00~12:30)	健康づくり支援プラントレーニング	
6	月	休館日	休館日	
7	火	いずみ元気あっぷ運動教室1 Ⅱ期⑧ いずみ元気あっぷ運動教室2 Ⅱ期⑧	いずみはつらつ運動教室 Ⅱ期⑧ 夕暮れエクササイズ	小松島支援学校運動教室
8	水	施設一般利用 (10:00~12:30) 健康づくり支援プラン (身体活動コース)	健康づくり支援プラントレーニング 健康相談	街なかエンジョイエクササイズW
9	木	シニアステップアップ運動教室1 シニアステップアップ運動教室2	いずみスマイル教室 健康づくり支援プラン (身体活動コース)	
10	金	いずみいきいき脳活健康教室 Ⅲ期④	健康づくり支援プラン (身体活動コース) 障害者団体利用	
11	土	健康づくり支援プラン (身体活動コース)	健康づくり支援プラントレーニング	
12	日	施設一般利用 (10:00~12:30)	健康づくり支援プラントレーニング	
13	月	休館日	休館日	
14	火	事業準備	夕暮れエクササイズ	小松島支援学校運動教室
15	水	施設一般利用 (10:00~12:30)	健康づくり支援プラントレーニング	
16	木	シニアステップアップ運動教室1 シニアステップアップ運動教室2	健康づくり支援プラン (総合コース) いずみスマイル教室 呼吸らくらくレクリエーション	
17	金	健康づくり支援プラン (身体活動コース)	健康づくり支援プラン (簡易コース) 障害者団体利用	
18	土	健康づくり支援プラントレーニング (個別対応)	健康づくり支援プラントレーニング	健康づくり講演会
19	日	施設一般利用 (10:00~12:30)	健康づくり支援プラントレーニング	
20	月	事業準備	事業準備	
21	火	休館日	休館日	
22	水	施設一般利用 (10:00~12:30)	健康づくり支援プラントレーニング	街なかエンジョイエクササイズW
23	木	事業準備	事業準備	
24	金	健康づくり支援プラン (簡易コース)	健康づくり支援プラン (身体活動コース) 障害者団体利用 (オンライン) きりん軽運動	
25	土	こころとからだを整える姿勢リセット講座	健康づくり支援プラントレーニング	
26	日	一般利用 (10:00~12:30)	健康づくり支援プラントレーニング	
27	月	休館日	休館日	
28	火	健康づくり運動サポーター養成研修		
29	水	施設一般利用 (10:00~12:30)	健康づくり支援プラントレーニング 健康相談	
30	木	シニアステップアップ運動教室1 シニアステップアップ運動教室2	健康づくり支援プラン (簡易コース)	