

地域健康づくり 運動自主サークル

★★会員募集中★★

「運動自主サークル」をご存知でしょうか。

仙台市内で**自主運営**する**運動教室**で、現在**20サークル**が活動中！

運動は**専門の講師**が、運営は**会員**が協力して行っています。

あなたも

自宅の近くで
運動したい！



仲間づくりをしたい！



活動しませんか!?

気持ちよく体を
動かしたい！



一緒に♪

ご興味のある方 お気軽にお問合せください☎

仙台市健康福祉事業団 いきいき健幸係
(シルバーセンター3階)

☎ 2 1 5 - 3 1 9 4



サークル一覧 裏面へ⇒⇒⇒



◎印…会員募集中

★青葉区

プラザ健康サークル	仙台市福祉プラザ	金曜 / 午前	◎
はなまる健康サークル	木町通市民センター	金曜 / 午前	◎

★宮城野区

はつらつ幸運動教室	幸町市民センター	火曜 / 午後	◎
福室はつらつ健康教室	福室市民センター	火曜 / 午前	
小鶴いきいき元気サークル	小鶴老人福祉センター	水曜 / 午後	◎
鶴ヶ谷いきいき運動教室	鶴ヶ谷市民センター	金曜 / 午後	◎

★若林区

いきいき元気運動教室in沖野	沖野市民センター	水曜 / 午前	◎
七郷いきいき運動教室	七郷保健センター	金曜 / 午前	◎
遠見塚ホップステップいきいきサークル	遠見塚コミュニティ・センター	木曜 / 午前	
若林運動サークル	遠見塚コミュニティ・センター	火曜 / 午前	◎
石名坂元気度アップ運動教室	南材コミュニティ・センター	火曜 / 午前	

★太白区

八本松健康クラブ	八本松市民センター	木曜 / 午後	◎
中田健康教室	中田市民センター	木曜 / 午前	◎
太白シニア健康教室	長町コミュニティ・センター	金曜 / 午後	◎
長町いきいきサークル	長町コミュニティ・センター	水曜 / 午後	◎

★泉区

イズミ健康運動サークル	泉中央老人福祉センター	水曜 / 午後	◎
楽笑クラブ	泉松陵コミュニティ・センター	水曜 / 午後	
はつらつ健康サークル	南中山市民センター 北中山コミュニティ・センター	水曜 / 午前	
健幸サークルひまわり	将監中央コミュニティ・センター	火曜 / 午後	
ワンアップクラブ	泉中央老人福祉センター	土曜 / 午前	◎