

# クリスマスイベント

## ワンコインいきいき体操

開催日：12月24日（月）祝日

時間：10:00～11:30

会場：宮城広瀬体育館 会議室

対象：中高齢者

定員：20名

持ち物：動きやすい服装、室内履き

タオル、水分補給用ドリンク

料金：500円（税込）

※お支払いは当日、会議室にて

申し込み方法：体育館窓口または電話

申し込み日：12/3（月）～ 先着順



椅子に座りながらさまざまな運動を取り入れた体操なので

これから運動を始めたい方にもオススメ！！

### パーティー前のひと運動にいかがでしょうか

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬 体育館

〒989-3124

宮城県仙台市青葉区上愛子字松原 39-1

TEL：022-392-5340