

生き生き健康スポーツ教室 参加者募集！！

運動不足・身体を動かしたい方が対象です。
気軽に出来る運動教室で運動能力の向上に向けて、
一緒に楽しく健康づくりをしましょう！



- 日時 ▶ 令和8年5月～10月
- レッスン ▶ 10:00～11:15 (受付開始9:45～)
- 会場 ▶ スミケンアリーナ (茨島体育館 2階体育館)
CNAアリーナ★あきた (市立体育館 サブアリーナ)
- 内容 ▶ エアロビクス、ヨガ、ストレッチ等
- 対象 ▶ 秋田市民
- 持ち物 ▶ 内ズック、タオル、飲料

参加費無料

【5月～10月】教室スケジュール(木曜日)

5月	21日、28日 (スミケンアリーナ)
6月	4日、18日、25日 (スミケンアリーナ)
7月	2日、9日、16日 (CNAアリーナ★あきた)
8月	27日 (CNAアリーナ★あきた)
9月	24日 (CNAアリーナ★あきた)
10月	1日、8日、15日、22日、29日 (スミケンアリーナ)

申込 特定非営利活動法人スポーツクラブあきた
TEL 018-828-8676 (電話予約受付 平日9時～17時)
主催 秋田市