令和８年度落合市民センター主催事業　めざせ健康！元気あっぷチャレンジ
落合栗生地区社会福祉協議会　共催

動いて元気！笑顔でつながる
スローエアロビック

体をほぐし、ゆっくりとした動きで
腕、脚、体幹を動かしていき、
心も体も元気にします



日　時：**11 月 25 日(水曜日)**
10 時から 11 時 30 分

会　場：落合市民センター　ホール
対　象：地域にお住まいの成人の方　３０名（先着順）
講　師：スローエアロビック　マスター指導員
引地　博美氏
参加費：無料
持ち物：上靴、飲み物、
フェイスタオル（講座の中で使用します）
申　込：10 月 22 日（木曜日）10 時 30 分から
落合市民センター窓口または電話にて

申込・問い合わせ　仙台市落合市民センター
仙台市青葉区落合 2-15-15
TEL: 022-392-7301

※いただいた個人情報は、講座運営以外には使用いたしません。

公益財団法人
仙台ひと・まち交流財団