

※各教室への参加には、仙台元気塾へのご入会が必要です。

年会費 ▶ 4,320 円 (税込)

※詳しいご入会方法は、下記までお問い合わせください。

※お申し込みと同時のご入会も可能です。

※一般の方で見学、体験参加については、随時受け付けを行っております。

※参加には事前のご予約が必要です。

※定員になり次第締め切ります。お早めにお申し込みください。

※各教室の定員及び実施内容は、変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

※初めてご利用になる方は…。

※集団教室に初めて参加される方は初回のみお試し料金でご参加いただけます。

( 120 分 ⇒ 1,350 円 / 1 回  
90 分 ⇒ 1,080 円 / 1 回  
60 分 ⇒ 810 円 / 1 回 )



※参加料のお支払いは回数券制となります。 ※料金は全て税込みです。

ぶらっとフィットネス	8,100円／12回 6,480円／6回	7,560円／10回 5,940円／4回	7,020円／8回 1,620円／1回
集団教室(120分)	5,000円／2回	2,700円／1回	画材費および、 ボールレンタル代 は別途必要です。 ▶各300円／回 ※「こしえっと」は、 画材費不要です。
集団教室(90分)	9,800円／5回 4,220円／2回	6,180円／3回 2,160円／1回	
集団教室(60分)	3,040円／2回	1,620円／1回	

※回数券は、仙台元気塾 仙台駅東口キャンパスのみご利用いただけます。

※回数券は、実施時間 (120 分／90 分／60 分) が同じ教室は 共通でご利用いただけます。また、回数券に表示されている時間より短い時間の教室にもお使いいただけます。

(例：120 分教室 の券 ⇒ 90 分教室 ・ 60 分教室 で利用可能  
90 分教室 の券 ⇒ 60 分教室 で利用可能)

※塾生間での回数券の譲渡は自由です。

回数券の有効期限は、全て 購入日より2ヶ月 となります。  
(例：平成30年4月3日 購入の場合 ⇒ 平成30年6月2日 まで有効)

〒983-8511 仙台市宮城野区榴岡 2 丁目 5 番 26 号 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス 地下1F




 JR 仙台駅より徒歩 3 分

●東西地下自由通路「出入口1」より地上に出てすぐ。

●公共交通機関をご利用ください。

仙台駅東口キャンパスには専用駐車場、および専用駐輪場がございませんので、公共交通機関をご利用ください。  
※付近の有料駐車場は、特に休日は混雑しますので、お車の方はお時間に余裕をもっておいでください。  
※自転車、バイクをご利用の方は近隣の公営駐輪場をご利用ください。

 東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター  
予防福祉健康増進推進室 仙台元気塾®

【受付時間】月～金：9:00～17:00 土：9:00～12:00 (日・祝日はお休み)

TEL◇ 022-742-2886  
URL◇ http://www.tfu-ac.net/yfkc/

FAX◇ 022-742-2887  
Mail◇ info@tfu-ac.net



 face book もやっています

東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター 予防福祉健康増進推進室

※お気軽に見学にお越しください。  
※仙台元気塾に関する詳細は、WEBサイトをご確認いただくか、上記までお問い合わせください。

向  
き  
合  
う

仙台元気塾®

サービス  
ラインナップ

平成30年9月～10月

参加者  
募集中

それぞれの人生に合った  
多彩なプログラムで  
より豊かないきいきとした毎日を！

仙台元気塾では、東北福祉大学の研究成果を基に企画・開発されたメディカルフィットネスや、臨床美術(クリニカルアート)など、さまざまな【健康サービス】を地域の皆様に提供しています。

どなたでもご入会いただくことで、仙台元気塾の全てのサービス、プログラムへご参加いただけます。

各教室  
初参加の方

お試し料金で  
ご参加いただけます！

※詳しくは裏面をご確認ください。

## 週間スケジュール

F…メディカルフィットネス A…臨床美術(クリニカルアート)  
●フリー利用 ●60分教室 ●90分教室 ●120分教室

曜日	午前	午後
月	F●ぶらっとフィットネス	F●ぶらっとフィットネス
火	F●元気ハツラツ！チャレンジ教室	F●元気チャレンジ！のんびり教室 (隔週)
水	F●ぶらっとフィットネス F●Smile ステップ1・2・3 (月1回)	F●ぶらっとフィットネス
木	F●今からはじめるロコモ予防 90	F●心と体のストレッチ リラックスヨガ (隔週) A●はじめての臨床美術 (月3回)
金	F●ぶらっとフィットネス	F●ぶらっとフィットネス F●ミュージックフィットネス教室 (月1回)
土	F●土曜ダンベル (月1回) A●気軽に楽しむものづくり こしえっと (月1回)	F●駅ちかノルディックウォーキング (月1回)
土 日・祝		A●季節のアート教室 (年4回) A●家族 de あーと (年4回)

※都合により開催曜日が変更となる場合がございます。  
※各教室の詳細については、中面をご確認ください。



