

心と身体をリフレッシュ！ 現代風シニアストレッチ講座

身体に起こる変化を学び、家庭で実践
出来るエクササイズを身に付けよう！

日時：2026年1月25日（日）
13:30～14:30

場所：葛岡温水プール一階
リサイクルプラザ会議室

費用：1400円

対象：高校生以上

定員：20名(先着順)

申込：12月15日(月)9:00～葛岡温水
プール窓口、
またはTELにて先着順

※定員になり次第受付終了となります。
お申込お待ちしております！



講師：泉 敏郎先生

現職：

富山福祉短期大学 学長/教授

略歴：

平成3年～27年まで学校法人健康科学学園 富山健康科学専門学校
校長を務める。また、淑徳大学、富山大学等、多数の場で学校教育に携
わりながら平成12年～29年まで富山県水泳連盟競泳委員長兼国体競泳
総監督も努め、自身も競泳で国民体育大会に23回出場し競泳界の発展
に努める。

資格：

- ・日本スポーツ協会・日本水泳連盟
マスター上級指導員
- ・日本スポーツ協会
コーチ・デベロッパー(コーチ指導者)
- ・公益財団法人日本水泳連盟
資格検定委員

☎ 022-277-8598

住所 仙台市青葉区郷六字葛岡57-1

営業時間 (平日) 9:00～21:00

(日・祝) 9:00～20:00

指定管理者 TM共同事業体
(株式会社東京アスレティッククラブ・
三菱電機ビルソリューションズ株式会社)