

令和8年度 マイタウンスポーツデー
宮城野区スポ・レク祭

かんたんエレガントバレトン／開催要項

「バレトン (Balletone)」とは、バレエの動きにフィットネスやヨガの要素を組み合わせたニューヨーク発祥のエクササイズです。バレエの「バレ」と、身体の筋肉を整える「トン (Tone)」を組み合わせた造語で、体幹強化や姿勢改善、脂肪燃焼に効果的とされています。

1. 開催日 令和8年10月12日(月) スポーツの日 15:10~16:00

※20分前からアリーナ棟2階多目的室前で受付を行います。

開始時間に遅れないよう時間に余裕を持ってお越しください。(時間厳守)

2. 開催場所 新田東総合運動場内 多目的室

3. 対象 中学生以上 定員 20名

4. 講師 入江 千春



5. 参加料 無料

6. 申込方法 **事前申込制**：専用予約ページ、宮城野体育館窓口、電話にて受付

申込開始日 令和8年9月6日(日) 10:00~ (先着順)

定員になり次第、受付を終了させていただきます。

専用予約ページ



7. 持ち物 動きやすい服装・タオル・飲み物

8. お問い合わせ 仙台市新田東総合運動場(宮城野体育館)

住所：仙台市宮城野区新田東 4-1-1

電話番号 022-231-1221