

せんだい

アクティブライフスタイル

お申し込みは  
こちら



親子であそんで 楽しく健康に!

# パルクール & ウォーキング

参加  
無料

2026/1/18 日 9:30~15:00

場所

khb東日本放送 本社 1F  
ぐりりホールなど (仙台市太白区  
あすと長町1丁目3-15)

親子でいっしょに“動くって楽しい!”を体験しよう。

## パルクール体験教室



要事前  
申込

身近な基本動作(走る・またぐ・のぼる)を中心に、安全に取り組めるプログラムです。  
安全管理上の理由から、学年別(1-2年/3-4年/5-6年)にプログラムの内容を変えて行います。  
本イベントではバク転・宙返りなどのアクロバットは一切行わず、初心者向けの内容で実施します。

- ◇ 小学1・2年生&保護者 9:30~10:30
- ◇ 小学3・4年生&保護者 11:00~12:00
- ◇ 小学5・6年生&保護者 13:00~14:00

各回定員 10組20名

日常をエクササイズに!

## ウォーキング

◇ 10:45~ ◇ 13:30~

各回定員 50名

※雨天時はコース・内容が変更になる場合があります

要事前  
申込



事前申込  
不要

外遊びスペース  
[社の広場公園]

楽しめるよ! 外遊びが

測定ブース

6つの測定が無料で受けられる!  
自分のカラダを知ろう

ベジチェック

InBody  
(体成分分析)

握力計

長座体前屈計

血管年齢測定

骨密度測定

運営協力: 日本生命 / 公益社団法人仙台市薬剤師会 / 仙台市健康増進センター

※イラスト・写真はイメージです  
遊び道具は事務局でご用意しています

主催 「いいね!スポーツ」 せんだいアクティブライフスタイル推進事業実行委員会 (仙台市など)

協力 合同会社SENDAI X TRAIN / 日本生命保険相互会社 / 公益社団法人仙台市薬剤師会