

リフレッシュヨガ（金曜日）

『週末の疲れを癒す』誰でも安心して参加できる夜間のヨガプログラムです。

対象	一般
時間	19:00～20:00（受付 18:40～）
会場	プール棟スタジオ（プール窓口にて受付）
定員	各回 20名
料金	1回 600円
講師	SACHI
受付	【事前予約制】 電話または直接窓口にて 毎月20日13:00から翌月分予約開始
持ち物	飲み物・タオル・動きやすい服装
問合せ	〒983-0039 仙台市宮城野区新田東4丁目1-1 TEL. 022-231-1221

開催月	開催日				
4月	12	19	26		
5月	10	17	24	31	
6月	7	14	21	28	
7月	5	12	19	26	
8月	2	9	23	30	
9月	6	13	27		
10月	4	11	18	25	
11月	1	8	15	22	
12月	6	13	20	27	
1月	17	24	31		
2月	7	14	28		
3月	7	14	21		



お手持ちのスマートフォンからも
日程のご確認が可能です。

※休講になった場合、電話連絡は行いません。
休講情報はHPでご覧いただくかお電話でご確認ください。