

# リフレッシュヨガ（金曜日）

アロマ空間でヨガを行うことで心と身体がリフレッシュされて  
『週末の疲れを癒す』ことができる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
申込受付	【事前予約制】 専用予約ページ／電話／窓口にて 毎月20日9:00から翌月分予約開始 <small>※専用予約ページにつきましては裏面をご確認ください。</small>
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。