

令和7年度 マイタウンスポーツデー
宮城野区スポ・レク祭

外ヨガ in 野球場／開催要項

毎月日曜に開催している大人気プログラム『外ヨガ』を野球場で開催します。
青空の下でヨガをすることで、室内とはちがった開放感が得られリラックス効果が上がります。
疲れた心も体もリフレッシュさせて、自然の心地よさをみんなで感じましょう。

1. 開催日 令和7年10月13日(月) スポーツの日 8:30～9:30

※20分前から野球場外野特設会場で受付を行います。

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 仙台市民球場 外野エリア

※雨天時は障害者アリーナで時短開催 8:30～9:10 (40分)

3. 対象 高校生以上 定員 50名

4. 講師 沼倉 恵理

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7年9月7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・ヨガマット(レンタル有)

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

