

令和7年度 元気フィールド仙台 当日参加型プログラム

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
『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	高校生以上
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 23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
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

年間
教室
日程



専用
予約
ページ



開催月	開催日				
4月	11	18	25		
5月	2	9	16	23	30
6月	6	20	27		
7月	4	11	18	25	
8月	1	8	22	29	
9月	5	12	19	26	
10月	3	10	17	24	31
11月	7	14	21	28	
12月	5	12	26		
1月	9	16	23	30	
2月	6	13	20	27	
3月	6	13	27		

※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。
※プログラム活動中の様子を職員が撮影いたします。
HP・チラシ・パンフレット等に掲載されることを承諾願います。