

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	<p>【事前予約制】</p> <p>専用予約ページ／電話／窓口にて</p> <p><b>毎月20日9:00から翌月分予約開始</b></p>
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
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
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。