

外ヨガ（日曜日）

心も身体も開放できるヨガを、屋外で体験することができます。

| | |
|------|---|
| 対象 | 高校生以上 |
| 時間 | 9:00～10:00（受付 8:45～） |
| 会場 | <ul style="list-style-type: none"> ・4～11月：プール棟屋外デッキ ・12～3月：プール棟2階 <p>※天候不良や気温が高い場合は、プール棟2階で開催します。 (プール棟ロビーにて受付)</p> |
| 定員 | 4～11月：各回18名 12～3月：各回16名 |
| 料金 | 1回 600円 |
| 講師 | 沼倉 恵理 |
| 申込受付 | <p>【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</p> |
| 持ち物 | <p>飲み物・タオル・動きやすい服装 ※夏季期間は各自虫除け対策をお願いします。</p> |
| 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 | 6 |
| 5月 | 11 |
| 6月 | 8 |
| 7月 | 13 |
| 8月 | 10 |
| 9月 | 7 |
| 10月 | 5 |
| 11月 | 2 |
| 12月 | 21 |
| 1月 | 11 |
| 2月 | — |
| 3月 | 22 |

※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。

年間教室日程



専用予約ページ

