

金曜/夜間 開催

# アロマヨガ night (金)

## プログラム内容

適度な負荷で身体にやさしいヨガとアロマの心地よさを満喫しよう。はじめての方もまずやってみたい、リフレッシュしたいといった気軽な気持ちで参加してみませんか。

### アロマの香りについて

毎回異なる柑橘系、フローラル系、ハーブ系のアロマを組み合わせて行います。



※このプログラムはアロマヨガ night(水)と同じ内容です。

会場：仙台市出花体育館

対象：20歳以上

定員：13名

受付方法：抽選申込      ※抽選後、定員に達しない場合順次先着申込に切り替わります。

講師：石田 講師

申込方法：右記2次元コードよりお申し込みください。

インターネット環境等がない方は電話または  
施設窓口までお問い合わせください。

※日程および参加料は裏面をご覧ください。

お申し込みはこちらから

<https://spf-sendai.payhub.jp/>



お問い合わせはこちらから

022-786-3446



# アロマヨガ night (金) 教室 日程表

期	日付				参加料	抽選申込期間
1期	4/3	4/10	4/17	4/24	7回開催 5,600円	3/1～ 3/15
	5/8	5/22	5/29			
2期	6/5	6/12	6/19	6/26	8回開催 6,400円	5/1～ 5/15
	7/3	7/10	7/17	7/24		
3期	8/7	8/21	8/28	9/4	7回開催 5,600円	7/1～ 7/15
	9/11	9/18	9/25			
4期	10/2	10/9	10/16	10/23	8回開催 6,400円	9/1～ 9/15
	10/30	11/6	11/20	11/27		
5期	12/4	12/11	12/18	12/25	8回開催 6,400円	11/1～ 11/15
	1/8	1/15	1/22	1/29		
6期	3/5	3/12	3/19	3/26	4回開催 3,200円	2/1～ 2/15

**教室時間 :** 19：30～20：30 (金曜日)

**会場 :** 仙台市出花体育館 多目的室  
**住所 :** 仙台市宮城野区出花1丁目13-7  
**電話 :** 022-786-3446  
**URL :** <https://www.spf-sendai.jp/ideka/>  
**持ち物 :** 運動できる服装・タオル・飲み物

## 注意事項

受講を希望される方は必ず抽選にお申ください。抽選結果はメールで配信されます。抽選結果後、支払方法（クレジット・現金）を選択してください。**抽選結果後、支払方法を選択（1週間以内）しないと受講権利が失効されてしましますのでご注意ください。** ※現金での支払いを選択した場合は施設窓口にて教室初日までお支払ください。