

令和2年度 仙台市泉総合運動場 主催

【金曜日 / 一般対象】

心とからだにやさしいヨガ 1期

◆ 内 容 これからヨガを始めたいという方にも安心。ゆったりとした呼吸と無理のない簡単ポーズ。

◆ 日 程	4月	10・24
	5月	※1・8・15・22・29
	6月	5・12・19・26

◆ 時 間 10:00 ~ 10:50

◆ 会 場 仙台市泉総合運動場 弓道場控室

※5/1は野村コミュニティ・センター1階で開催します。

◆ 定 員 30名

◆ 講 師 三星 千明 先生

◆ 受講料 8,250円

◆ 準備物 運動着・汗拭きタオル・ドリンク

◆ 申込方法 NET・窓口 (先着順)

◆ 申込期間 **【優先受付】** 3月 6日(金) ~ 3月20日(金)

【新規受付】 3月27日(金) ~ 4月 3日(金)

◆ 問 合 せ



指定管理者 (公財)仙台市スポーツ振興事業団 仙台市泉総合運動場

〒981-3124 泉区野村字新桂島前60 TEL: 372-1019