

令和2年度 仙台市泉総合運動場 主催

【月曜日 / 一般対象】

しなやかBodyヨガ 1期

◆ 内 容 身体の緊張がとれない・呼吸が浅い・疲れやすい・身体が硬いと感じる方におすすめ！
日常生活を快適に心地よく過ごせるように、しなやかな身体を創っていくクラスです。

◆ 日 程

4月	6・13・20・27
5月	11・18・25
6月	1・8・22

◆ 時 間 10:10 ~ 11:00

◆ 会 場 仙台市泉総合運動場 泉武道館1F(柔道場)

◆ 定 員 40名

◆ 講 師 Eriko 先生

◆ 受講料 7,500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 2日(月) ~ 3月16日(月)

【新規受付】 3月23日(月) ~ 3月30日(月)

◆ 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