

【金曜日・一般(高校生以上)】

# (金)心とからだにやさしいヨガ


ゆったりとした呼吸と無理のない簡単なポーズを中心にプログラムを行ないます★  
これからヨガを始めたいという方も安心して受講できます♪

1期	4月	12・19・26	受講料 9,350円	優先申込	3/8(金)~3/21(木)
	5月	10・17・24・31		新規申込 ※優先申込の残り枠	3/22(金)~4/11(木)
	6月	7・14・21・28			
2期	7月	5・12・19	受講料 8,500円	優先申込	6/7(金)~6/20(木)
	8月	2・9・30		新規申込 ※優先申込の残り枠	6/21(金)~7/4(木)
	9月	6・13・20・27			
3期	10月	4・11・18・25	受講料 10,200円	優先申込	9/6(金)~9/19(木)
	11月	1・8・15・22・29		新規申込 ※優先申込の残り枠	9/20(金)~10/3(木)
	12月	6・13・20			
4期	1月	10・17・24・31	受講料 9,350円	優先申込	11/29(金)~12/12(木)
	2月	7・14・21・28		新規申込 ※優先申込の残り枠	12/13(金)~1/9(木)
	3月	7・14・21			

- 時間 10:00~10:50
- 会場 泉武道館 2階剣道場 ※会場内は水分補給以外の飲食は禁止です。
- 定員 各期/40名 ※申込が少ない場合、開催を見合わせる場合があります。
- 準備物 運動着・タオル・ドリンク・ヨガマット※各自でご持参ください。
- 講師 三星 千明 先生
- 申込方法 インターネットから申込(専用WEBサイト「プログラムサーチ」から) ※申込操作がご不明な方は窓口まで  
(※各申込開始日の9時から。窓口は9時~21時、休館日は17時まで。)
- その他
  - ・一度お支払い頂いた受講料は、原則お返しできません。
  - ・お子様連れでの受講はできません。
  - ・事業の様子を撮影し広報物等に掲載・使用する場合がありますので予めご了承ください。
  - ・やむを得ない事情により、急遽中止となる場合がございます。




カメラで読み取ると  
申込サイトへ繋がります。



**仙台市泉総合運動場**  
(指定管理者：公益財団法人仙台市スポーツ振興事業団)  
仙台市泉区野村字新桂島前60  
TEL：022-372-1019 FAX：022-372-0151


泉総合運動場  
Izumi General Athletic Field



HP

様々な情報を更新中！

follow us!



Instagram  
@izumi\_general\_athletic\_field

