

【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	11・18・25	受講料 8,500円	優先申込	3/7(金)~3/20(木)
	5月	9・23・30		新規申込 ※優先申込の残り枠	3/21(金)~4/10(木)
	6月	6・13・20・27			
2期	7月	4・11・18	受講料 8,500円	優先申込	6/6(金)~6/19(木)
	8月	1・8・22・29		新規申込 ※優先申込の残り枠	6/20(金)~7/3(木)
	9月	5・12・19			
3期	10月	3・10・24・31	受講料 9,350円	優先申込	8/29(金)~9/11(木)
	11月	7・14・21・28		新規申込 ※優先申込の残り枠	9/12(金)~10/2(木)
	12月	5・12・19			
4期	1月	9・16・23・30	受講料 9,350円	優先申込	11/28(金)~12/11(木)
	2月	6・13・20・27		新規申込 ※優先申込の残り枠	12/12(金)~1/8(木)
	3月	6・13・27			

- 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

