

ナイトヨガ

1日の終わりに

ゆったりとした静かな時間を楽しみませんか？



ヨガは、健康面だけでなく精神面にも効果があります。
激しい運動が苦手な方でも
落ち着いた空間でゆっくりと運動を行うことができます。
初めての方でも安心してご参加できる教室になります。
お気軽にどうぞ！

●対象 一般

●日程 木曜日開催 全8回

1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目	8回目
8/31	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19

※変更がある場合があります。

詳しくは泉海洋センターまでお問合せください。

●時間 19:00～20:30

●会場 仙台市泉海洋センター(体育館)

●定員 35名(先着)

●講師 HIROMI-YOGA企画

●受講料 7,600円 (傷害保険料含む)

●申込み 8/10 9:00～ WEB(プログラムサーチ)

※インターネット環境がない方は窓口にて受付

お申込みはこちらから！！



仙台市スポーツ施設指定管理者 (期間2026/3/31)まで : (公財) 仙台市スポーツ振興事業団

お問い合わせ

仙台市泉海洋センター

〒981-3131 仙台市泉区七北田字田中1-2

(TEL) 373-9561 (FAX) 373-9562

・駐車場完備 ・地下鉄八乙女駅より徒歩15分 ・南光台5丁目東バス停(南光台循環バス)より徒歩5分

取得しました個人情報(「個人情報保護条例」他) 関係法令を遵守し、当事業団主催の事業に必要な範囲で使用させていただきます。