

日曜日  
午前中

# 朝ヨガ

- 新緑の川内庭球場でヨガを体験してみませんか
- 日本におけるヨガの草分け的存在である沖正弘師が、古典的なインドヨガに東洋医学などを組み合わせて体系化した「沖ヨガ」の教室です。呼吸や瞑想を重視し心身のバランスの回復、自己能力を開発することを目指しています。

開催日	時間	受講料	募集人数	申し込み
5月17日(日)	8:00 ～ 9:00	500円	各40名 程度 (先着)	4月10日(金)9:00～5月13日(水) 窓口・電話

※雨天等の悪天候時は中止です

## 詳細

- 講師 長岡有喜子 (沖ヨガ 龍村認定インストラクター)
- 会場 9, 10番コート
- 持ち物 運動できる服装・ヨガマット・飲み物など  
人工芝コートにブルーシートを敷いた上で  
行います



## 申込上の注意

- 駐車場には限りがあります。車でお越しの方は、満車の場合、近隣の有料駐車場をご利用ください。
- 講習会の様子を撮影し、HPやSNS等に掲載することがあります。あらかじめご了承ください。
- 応募者・受講者の個人情報については(公財)仙台市スポーツ振興事業団の主催する事業についてのみ利用させていただきます。

## 当日の注意事項

- 悪天候などで中止の場合、朝 7:00 頃ホームページとInstagramにお知らせを掲載します。  
(電話でのお問い合わせは 7:00 以降可能です)
- 盗難・車上荒らしにご注意ください。当庭球場では責任を負いかねます。
- 一度お支払いいただいた受講料は原則として返金できません。
- 催事中に怪我や事故等が発生した場合は、クラブハウスへお知らせください。  
当事業団が加入する保険の範囲内で対応させていただきます。

仙台市指定管理者(令和13年3月31日まで) (公財)仙台市スポーツ振興事業団

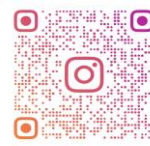


ホームページは  
←こちらから

## 仙台市川内庭球場

☎ 022-216-3861

仙台市青葉区川内元支倉35-2 地下鉄東西線「国際センター」「川内」駅下車徒歩約7分



KAWAUCHISENDAI\_TENNIS