

令和7年度 北中山コミュニティグラウンド主催

少人数で行う女性のヒーリング



ヨガ 教室(Ⅱ期)

内 容

さまざまなヨガポーズの習得、ヨガによるリラックスを体験する。

開催日

①	②	③	④	⑤	⑥
1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2

時 間

①9時30分～10時30分 ②10時45分～11時45分

場 所

北中山コミュニティグラウンド 集会室

対象者

ヨガ初級者～中級者

定 員

各6名 (先着)

講 師

小川 真理子 先生

参加料

5,400円 (全6回 傷害保険含む)

持ち物

動きやすい服装・飲み物・汗拭きタオル・ヨガマット(お持ちの方)



<申込方法>

令和7年12月15日(月) 10時～

「プログラムサーチ」または電話か直接窓口にてお申込み下さい。

※問い合わせ・申込先 北中山コミュニティグラウンド ☎022-348-2515

<注意事項>

- ①取得した個人情報については重要性を認識し、個人情報保護に関する法律および、関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づき個人情報を取り扱います。また参加者へのサービス向上を目的とし、仙台市スポーツ振興事業団主催スポーツ事業の各種案内、関連情報の通知のために利用いたします。それ以外の目的で利用することはありません。
- ②万一の事故の際、応急処置は行いますが、その他については加入する保険の範囲内で対応させていただきます。

北中山コミュニティグラウンド

<https://www.spf-sendai.jp/kitanakayama/>

指定管理者:(公財)仙台市スポーツ振興事業団