

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>

- 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。
- 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頂きます。

北中山コミュニティグラウンド