

令和4年度 シェルコムせんだい主催

ヨガ



- 内容 体を柔軟にして気の流れを上げることによって内臓の活性化や免疫力アップの効果が期待できます。心地良く体を動かし、心と体の両方から美と健康のアプローチをしていきましょう！

- 開催日 金曜日 ① 13:30~14:45
② 15:15~16:30

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	申込受付
I期	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	3/11(金) 10:00~
II期	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	6/17(金) 10:00~
III期	10/14	10/21	10/28	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	9/16(金) 10:00~
IV期	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	12/16(金) 10:00~

※ 開催日程等については、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、やむを得ず変更や中止となる場合があります。

- 場所 集会室(3)
- 対象 一般
- 定員 各10人(先着順)
- 講師 西崎 英子
- 受講料 各6,800円(各期全8回 傷害保険含む)
- 持ち物 動きやすい服装・タオル・飲み物



<申込方法>

NETまたは窓口にてお申し込みください

【定員に空きがあれば途中参加も可能です。詳しくはお問い合わせください】



<注意事項>

- ・ 取得した個人情報につきましては、『個人情報保護条例』他関係法令に基づき取り扱います。また、(公財)仙台市スポーツ振興事業団が開催する事業のご案内に使用させていただく場合がございますが、その他の目的では使用いたしません。
- ・ 教室の映像・写真記事・記録等をインターネット等に掲載、利用されることを承諾願います。

シェルコムせんだい
〒981-3124 仙台市泉区野村字新桂島前48
TEL 022-218-5656



指定管理者：(公財)仙台市スポーツ振興事業団