

# ヨガ教室 (火)

内 容 ゆったりとした呼吸と正しいポーズで身体の柔軟性を養います。  
リラクゼーション効果で、心と身体のバランスを整えましょう。

|    | 開催日程 (火曜日) |       |       |       |       | 申込期間                                            | 受講料            |
|----|------------|-------|-------|-------|-------|-------------------------------------------------|----------------|
| Ⅰ期 | 4/12       | 4/19  | 4/26  | 5/10  | 5/17  | 3/15 (火) 9:00～<br>3/29 (火) 23:59<br>抽選日: 3/30   | 全9回<br>5,400円  |
|    | 5/24       | 5/31  | 6/7   | 6/14  |       |                                                 |                |
| Ⅱ期 | 6/21       | 6/28  | 7/5   | 7/12  | 7/19  | 5/24 (火) 9:00～<br>6/7 (火) 23:59<br>抽選日: 6/8     | 全8回<br>4,800円  |
|    | 7/26       | 8/2   | 8/9   |       |       |                                                 |                |
| Ⅲ期 | 8/23       | 8/30  | 9/6   | 9/20  | 9/27  | 7/26 (火) 9:00～<br>8/9 (火) 23:59<br>抽選日: 8/10    | 全9回<br>5,400円  |
|    | 10/4       | 10/11 | 10/18 | 10/25 |       |                                                 |                |
| Ⅳ期 | 11/1       | 11/8  | 11/15 | 11/22 | 11/29 | 10/4 (火) 9:00～<br>10/18 (火) 23:59<br>抽選日: 10/19 | 全9回<br>5,400円  |
|    | 12/6       | 12/13 | 12/20 | 12/27 |       |                                                 |                |
| Ⅴ期 | 1/17       | 1/24  | 1/31  | 2/7   | 2/14  | 12/6 (火) 9:00～<br>12/20 (火) 23:59<br>抽選日: 12/21 | 全10回<br>6,000円 |
|    | 2/21       | 2/28  | 3/7   | 3/14  | 3/28  |                                                 |                |

時 間 ①9:00～10:00 ②10:15～11:15 (2コマ開催)

対 象 / 定 員 一般 / 各15名

講 師 / 会 場 佐藤 由紀 先生 / 2階会議室 (4)

準 備 物 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、ヨガマット、会員カードまたは 会員QRコード

※感染症対策のため、ヨガマットの貸出を中止しております。ご参加の際はご準備をお願いいたします。



|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 申<br>込<br>・<br>支<br>払<br>方<br>法 | 定員を超えた場合は「 <b>抽選</b> 」となります。以下のいずれかの方法でお申し込みください。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                                 | <p>1. 【web「SPFプログラムサーチ」から申し込み】 <a href="https://spf-sendai.payhub.jp/">https://spf-sendai.payhub.jp/</a></p> <p>○ご利用には会員登録が必要です。(登録無料)</p> <p>○抽選日に、抽選結果のメールをお送りいたします。</p> <p>○当選メールが届いた方は、マイページにて<u>抽選日を含め7日以内に支払方法を選択</u>してください。</p> <p>◆クレジットカード払い・・・支払い方法選択と同時に決済完了</p> <p>◆施設窓口現金払い・・・<b>開催当日までに</b>窓口にてお支払いください</p> <p><b>※期間内に選択をしない場合「自動キャンセル＝当選が無効」となりますのでご注意ください。</b></p> <p>2. 【窓口申込】 インターネット環境がない方は窓口にて会員登録後、申込用紙をご記入ください。</p> <p>○抽選結果は、窓口または電話にてお問い合わせください。</p> <p>○<b>開催当日までに</b>窓口にてお支払いください。</p> |

※こちらの教室は2コマ開催のため、原則どちらか一方へのお申し込みをお願いいたします。

※入金後のお客様都合によるキャンセルは、原則返金いたしかねますのでご了承ください。

※キャンセルする場合は、お手数ですがご連絡をお願いいたします。

## そ の 他

1. スポーツ保険に加入しております。
2. 貴重品は各自で責任を持って管理してください。
3. 教室の写真・記事・記録等が新聞・テレビ・雑誌・インターネット・パンフレット等に報道・掲載されることを、了承願います。
4. ご参加の際は、感染症対策へのご協力をお願いいたします。
5. 急遽、教室を中止する場合には、施設ホームページへの掲載とご登録のメールアドレスへメールをお送りいたします。



宮城野原公園総合運動場・弘進ゴム アスリートパーク仙台 (仙台市陸上競技場)

〒983-0045 仙台市宮城野区宮城野二丁目11-6

TEL 022-256-2488

指定管理者 (公財)仙台市スポーツ振興事業団