

# ヨガ教室 (水)

**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。  
激しい運動とは異なり、運動初心者の方でも無理なく続けられます。

	開催日程 (水曜日)					申込期間	受講料
Ⅰ期	4/12	4/19	4/26	5/17	5/24	3/15 (水) 9:00～ ～3/29 (水) 23:59 抽選日: 3/30	全8回 4,800円
	6/7	6/14	6/21				
Ⅱ期	6/28	7/5	7/12	7/19	7/26	5/31 (水) 9:00～ 6/14 (水) 23:59 抽選日: 6/15	全9回 5,400円
	8/2	8/9	8/23	8/30			
Ⅲ期	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	8/23 (水) 9:00～ 9/13 (水) 23:59 抽選日: 9/14	全7回 4,200円
	11/1	11/8					
Ⅳ期	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	10/18 (水) 9:00～ 11/1 (水) 23:59 抽選日: 11/2	全7回 4,200円
	12/20	12/27					
Ⅴ期	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	12/6 (水) 9:00～ 12/20 (水) 23:59 抽選日: 12/21	全9回 5,400円
	2/21	2/28	3/6	3/13			

**時 間** 10:45～11:45

**対 象 / 定 員** 一般 / 18名

**講 師 / 会 場** 黒坂 美奈子 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QRコード

※ヨガマットは貸出用がございますが、感染症対策のため可能な方はご持参ください。



<b>申 込 ・ 支 払 方 法</b>	定員を超えた場合は「抽選」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><b>1. 【web「SPFプログラムサーチ」から申し込み】</b> <a href="https://spf-sendai.payhub.jp/">https://spf-sendai.payhub.jp/</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ご利用には会員登録が必要です。(登録無料)</li> <li>○抽選日に、抽選結果のメールをお送りいたします。</li> <li>○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。 <ul style="list-style-type: none"> <li>◆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</li> <li>◆施設窓口現金払い・・・<b>開催当日までに窓口にてお支払いください</b></li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center; color: red;">※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。</p> <p><b>2. 【窓口申込】</b> インターネット環境がない方は窓口にて申込用紙をご記入ください。(会員仮登録)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○抽選結果は、窓口または電話にてお問い合わせください。</li> <li>○<b>開催当日までに窓口にてお支払いください。</b></li> </ul>

※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(web登録者)へメールをお送りいたします。

＼ 各種webサイトはこちらから ／

施設ホームページ



SPFプログラムサーチ



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