

外ヨガ（日曜日）

心も身体も開放できるヨガを、屋外で体験することができます。

対象	一般
時間	9:00～10:00（受付 8:45～）
会場	・8～11月：プール棟屋外デッキ ・12～3月：プール棟スタジオ ※天候不良や気温が高い場合は、スタジオで開催します。 （プール棟ロビーにて受付）
定員	各回 20名
料金	1回 600円
講師	沼倉 恵理
受付	【事前予約制】 電話または直接窓口にて 毎月20日9:00から翌月分予約開始
持ち物	飲み物・タオル・動きやすい服装 ※夏季期間は各自虫除け対策をお願いします。
問合せ	〒983-0039 仙台市宮城野区新田東4丁目1-1 TEL. 022-231-1221

開催月	開催日
8月	4
9月	1
10月	6
11月	10
12月	8
1月	12
2月	9
3月	16

お手持ちのスマートフォンからも
日程のご確認が可能です。



※休講になった場合、電話連絡は行いません。
休講情報はHPでご覧いただくか、お電話でご確認ください。