

令和6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(Ⅳ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
1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3

時間

10時30分～11時30分

場所

泉総合運動場 弓道場控室

対象者

ヨガ初級者～中級者

定員

20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6年12月23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 シェルコムせんだい ☎022-218-5656

<注意事項>

- ①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。
- ②万一の事故の際、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いただきます。

北中山コミュニティグラウンド

注)休館中のため、問い合わせ・申込は【シェルコムせんだい】になります。

<https://www.spf-sendai.jp/kitanakayama/>

指定管理者:(公財)仙台市スポーツ振興事業団