

リラクゼーションヨガ教室



内 容 強ばっている筋肉を優しくほぐしながら無理のないポーズで日々の疲れを癒します。
身体が硬い方、運動が苦手な方でも大丈夫です。心身が整う安らぎの時間をお過ごしください♪

開催日程（金曜日） ※抽選申込期間は各開始日の9:00から、締日の23:59まで									
	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
1期	4/11	4/18	4/25	5/16	5/23	5/30	6/13	6/20	
	【抽選申込期間】 R7.3.10(月)～R7.3.24(月)まで						【抽選日】 3/25(火)		
2期	6/27	7/11	7/18	7/25	8/1	8/8	8/29	9/5	
	【抽選申込期間】 R7.5.30(金)～R7.6.13(金)まで						【抽選日】 6/14(土)		
3期	9/12	9/19	10/3	10/10	10/17	11/7	11/14	11/28	
	【抽選申込期間】 R7.8.8(金)～R7.8.29(金)まで						【抽選日】 8/30(土)		

R7.12.1からR8.3.31までは、大規模改修工事にて諸室利用が不可のため、教室もお休みとなります。
皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解の程、よろしくお願いいたします。

時 間 19:30～20:30 受 講 料 ¥4,800 / 期 ※各期全8回分保険料含む
対 象 / 定 員 一般(高校生以上) / 各18名 講 師 山田 愛子 先生
準 備 物 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物 会 場 競技場2階 会議室（4）
ヨガマット※レンタル有

申 込 ・ 支 払 方 法	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>1. 【web「SPFプログラムサーチ」から申し込み】 https://spf-sendai.payhub.jp/</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ご利用には会員登録が必要です。（登録無料） ○抽選日に、抽選結果のメールをお送りいたします。 ○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"> ◆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 ◆施設窓口現金払い・・・開催当日までに窓口にてお支払いください <p>※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>2. 【窓口申込】 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"> ○抽選結果は、窓口または電話にてお問い合わせください。 ○開催当日までに窓口にてお支払いください。

※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。



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