

キャンドルヨガ

内 容 薄明りの中、または暗闇の中で「外・芝生」の上で行います！
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♪
※こちらの教室は、1日ずつお申し込みいただく教室です。

開 催 日 程 8月10日(日)、8月31日(日)、9月7日(日)、9月14日(日)
(土・日、祝日開催)

申
込
開
始
日
各月開催分の日程を、前月の10日、9:00から定員まで
先着順にて受付開始します！

時 間 18:00～19:00

対 象 / 定 員 一般（高校生以上） / 各30名

受 講 料 500円/回 当日、券売機にてお支払いください。

講 師 / 会 場 佐藤 由紀 先生 / 競技場 芝生 ※雨天決行（屋内の雨天走路にて開催）

準 備 物 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、ヨガマット ※お持ちの方は、ヨガマットをご持参ください。



各申込開始日時より定員まで「先着」申し込みとなります、以下のいずれかの方法でお申し込みください。

1. 【web「SPFプログラムサーチ」から申し込み】 <https://spf-sendai.payhub.jp/>

○ご利用には会員登録が必要です。（登録無料）

○申し込みと同時に支払方法(現金払い)を選択し、申し込みの確定をお願いします。

◆施設窓口現金払いのみ・・・開催当日に窓口券売機にてお支払いください。

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）

○支払いは、開催当日に窓口券売機にてお支払いとなります。

※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。



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