令和8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	⑦
10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7

時　間　①9時30分～10時30分　②10時45分～11時45分

①空き1名　②空き1名

場　所　北中山コミュニティグラウンド　集会室

対象者　ヨガ初級者～中級者

定　員　各6名（先着）

講　師　小川　真理子 先生

参加料　6,300円（全7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8年9月16日(水)　10時～

電話か直接窓口にてお申込み下さい。

※問い合せ・申込先　北中山コミュニティグラウンド　☎022-348-2515

<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頂きます。

北中山コミュニティグラウンド

https://kitanakayama.spf-sendai.com/　　指定管理者:(公財)仙台市スポーツ振興事業団