令和8年度　北中山コミュニティグラウンド主催

歪みを整える
自力整体

内　容　ボディワークで自らの身体・体調をケアし、病気の予防、健康の増進につなげる。

開催日

①	②	③	④	抽選申込期間
11/20 空き１名	11/27 空き３名	12/4 空き３名	~~12/11~~ 満員	10/16～11/6

※月4回・毎週金曜日

時　間　14時00分～15時30分

場　所　北中山コミュニティグラウンド　集会室



対象者　一般女性

定　員　各6名（抽選）

講　師　小川　真理子　先生

参加料　各1,500円（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>　開催日までの間に、「プログラムサーチ」又は電話か直接窓口にて申込み下さい。

※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