

朝ヨガ

内 容 競技場の芝生で行う「朝ヨガ」プログラムです！
 広い空の下、朝の澄んだ空気を感じながら身体をゆっくりほぐしましょう♪
 雨天時は屋内で開催いたしますので、天候に関わらずご参加いただけます。
※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 6月1日(土)、7月13日(土)、8月3日(土)、9月16日(月)、10月14日(月)
 (土・日、祝日開催)

申込開始日

各月開催分の日程を、前月の6日、9:00から定員まで

先着順にて受付開始します！

※例) 6/1 分は、5/6の9:00から申込開始！

時 間 7:00～8:00

対 象 / 定 員 一般(高校生以上) / 各30名

受 講 料 500円 当日、券売機にてお支払いください。

※10/14(月祝)の開催日は、マイタウンスポーツデーにより「無料開催」となります！

講 師 / 会 場 高橋 時栄 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。



申込・支払方法

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。

＼ 各種webサイトはこちらから ／



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