

【定期教室】

夜ヨガ

期間	4月～10月
日時	(火) 20：10～21：00(50分)
料金	一律 ¥2,760/月 (月開催数は変動あり)
内容	期間限定の夜ヨガ教室です。 おやすみ前にゆったりと 身体をほぐしてみませんか？ 呼吸法や身体の動きを意識し、 ぐっすり眠れるよう ヨガで一日の疲れを取りましょう。

詳細は体育館窓口までお問い合わせください。

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬総合運動場

【営業時間】 9：00～21：00

【TEL】 022-392-5340

