

ヨガを体験しよう！

心や身体を整えてリラックスしませんか？新講座の第一弾は三浦伸子先生を講師に迎えヨガを行います。ヨガの呼吸法を体験してみたい方や初心者の方などお気軽にご参加ください。シンキングボウルの素敵な音色も聴けるかも…！？

日時 6月26日（土）10時～11時30分

会場 幸町市民センター 3階ホール

対象 どなたでも 先着20名

費用 無料

持ち物 ヨガマット（持っていない方はバスタオル）、
飲み物、フェイスタオル、おしぼりタオル、
動きやすい服装でお越しください

申込 6月1日（火）10時から
窓口、電話にて受付開始

- ◆当日はマスクを着用の上、ご来場ください。
- ◆当日、平熱より高いと思われる方、体調のすぐれない方は参加をご遠慮いただく場合もあります。
- ◆新型コロナウイルス感染症対策により、中止または延期となる場合があります。ご了承ください。

お問い合わせ先 仙台市幸町市民センター

仙台市宮城野区幸町 3-13-13

電話：022-291-8651