

身体が固まる冬…

すこーし身も心も伸ばしませんか。



## 【出張！古民家ヨガ】 講師:浅野 弘美



会 場:宮城西市民センター・和室

仙台市青葉区熊ヶ根字石積 47

時 間:10:30~11:30

熊ヶ根保育所のとなり  
広い駐車場あり・和室もあたたか

持 ち 物:飲み物・タオル・ブランケット(最後の休憩で使用)  
ヨガマット(ある人)\*マット貸出可(無料)

参 加 費:500 円

定 員:15 名【先着】\*開催日ごと申込。開催日 1 カ月前より受付開始。

申込方法:電話(022-391-2060)

\*HP の他、X(旧 Twitter)や Instagram も更新中

開催日:~~12月14日(日)~~、~~1月17日(土)~~、2月15日(日)  
3月14日(土)

\*上記日程は、会場を宮城西市民センターに移しての開催となります。

