

あおば

青空ヨガ

in 西公園

運動不足や初心者の方も大歓迎です！
お気軽にご参加ください☆



気持ちのよい青空の下、ヨガやウォーキングをして
心身ともにリフレッシュしましょう♪

日時 令和6年9月27日（金）10：00～11：30

場所 西公園 お花見広場（青葉区桜ヶ岡公園1）※櫻岡大神宮前集合
※雨天時は木町通市民センター（青葉区木町通1-7-36）ホールに変更
変更の場合は前日までにご連絡します

対象 青葉区（宮城総合支所管内を除く）にお住いの30～60歳代の方 15名程度

申し込み 令和6年9月9日（月）9：00～ 電話にて受付

青葉区保健福祉センター 家庭健康課 健康増進係

電話：022-225-7211（内線 6784）

※定員になり次第締め切らせていただきます。

持ち物 運動しやすい服装、帽子、飲み物、汗拭きタオル、室内用シューズ（雨天時）