

ハーネル仙台で心もからだもリフレッシュ!

カルチャー Enjoy! Culture School スクール

2026年度 受講生随時募集中



ヨーガ

講師 ヨーガライフシステムコンサルタンツ

時間 10:30 ~ 11:40

曜日 毎週火曜 ※祝日・休館日は除く

期間 (前期) 4月~9月 / (後期) 10月~3月

定員 10名 (最小催行人数2名)

受講料 15,600円 (1期分・税込)



昼の部



夜の部

時間 18:30 ~ 19:40

曜日 毎週火曜

期間 (前期) 4月~9月 / (後期) 10月~3月

定員 10名 (最小催行人数2名)

受講料 15,600円 (1期分・税込)

ヨーガマットは各自ご用意いただき
マットのお持ち帰りにご協力をお願いします



体調改善ストレッチ

講師 ヨーガライフシステムコンサルタンツ

運動苦手さんにもおすすめ!

身体のゆがみを整えながらセルフケアを。



時間 13:30 ~ 14:30

曜日 第2・4水曜 ※祝日・休館日は除く

期間 (前期) 4月~9月 / (後期) 10月~3月

定員 10名 (最小催行人数2名)

受講料 7,800円 (1期分・税込)

ヨーガマットは各自ご用意いただき
マットのお持ち帰りにご協力をお願いします



チェアヨーガ

講師 ヨーガライフシステムコンサルタンツ

時間 10:30 ~ 11:30

曜日 毎週水曜 ※祝日・休館日は除く

期間 (前期) 4月~9月 / (後期) 10月~3月

定員 10名 (最小催行人数2名)

受講料 10,200円 (1期分・税込)



講師・仲間と楽しく
じぶんアップデート♪



フラワーアレンジメント

講師 佐藤 洋子

お花をもっと楽しみ、学んでみませんか?

初心者大歓迎!!



時間 18:30 ~ 20:00

曜日 第1・3木曜 ※祝日・休館日は除く

期間 (前期) 4月~9月 / (後期) 10月~3月

定員 10名 (最小催行人数2名)

受講料 10,000円 (1期分・税込)

教材費は別途料金となります

お問合せ・お申込み先

会場 ハーネル仙台

TEL 022-222-1121 受付時間 10:00▶16:00

FAX 022-222-1126

仙台市青葉区本町2丁目12-7

主催 一般社団法人 宮城県労働者福祉資産協会



詳しい日程はホームページで



駐車場のご用意はしていません。
公共交通機関または近隣駐車場を
ご利用ください。

各コース日程

コース	曜日	開催時間	期間/受講料
ヨーガ(昼)	毎週火曜 <small>※祝日・休館日は除く</small>	10:30~11:40	前期(4月~9月) …¥15,600 後期(10月~3月) …¥15,600
ヨーガ(夜)	毎週火曜 <small>※祝日・休館日は除く</small>	18:30~19:40	前期(4月~9月) …¥15,600 後期(10月~3月) …¥15,600
チェアヨーガ(昼)	毎週水曜 <small>※祝日・休館日は除く</small>	10:30~11:30	前期(4月~9月) …¥10,200 後期(10月~3月) …¥10,200
体調改善ストレッチ(昼)	第2・4水曜 <small>※祝日・休館日は除く</small>	13:30~14:30	前期(4月~9月) …¥7,800 後期(10月~3月) …¥7,800
フラワーアレンジメント(夜)	第1・3木曜 <small>※祝日・休館日は除く</small>	18:30~20:00	前期(4月~9月) …¥10,000 後期(10月~3月) …¥10,000

お申込み・その他の事項

- 受付時間 10:00~16:00
- 応募方法 電話(022-222-1121)または、
FAX(022-222-1126)にてお申込み下さい。(申込書は初回時にご持参下さい)
- 受講料 初回時に現金にてお支払い下さい。

一般社団法人 宮城県労働者福祉資産協会 御中

カルチャースクール受講申込書

申込日 年 月 日

講座名・コース <small>□に✓点をご記入ください。</small>	<input type="checkbox"/> ヨーガ(昼) <input type="checkbox"/> ヨーガ(夜) <input type="checkbox"/> チェアヨーガ <input type="checkbox"/> 体調改善ストレッチ <input type="checkbox"/> フラワーアレンジメント
氏名	〒 -
住所	
連絡先電話番号	
備考欄	

※ヨーガ、チェアヨーガスクール参加者のケガ等は自己責任となります。 ※個人情報保護法に基づき本件以外には一切使用しません。

●労働福祉センターみやぎ使用欄

受付日		取扱者	
-----	--	-----	--