

ヨーガ教室

～心も体もすっきり！～



心身の健康増進を目指し、
専門講師をお迎えし、ヨーガクラスを
開催しています。

ヨーガを気軽に体験できるチャンス！
ぜひ一度体験してみてください！

開催日
6月9日(水) 13:00～
(対面と Zoom 同時開催)

6月30日(水) 18:00～
(Zoom 配信のみの開催)

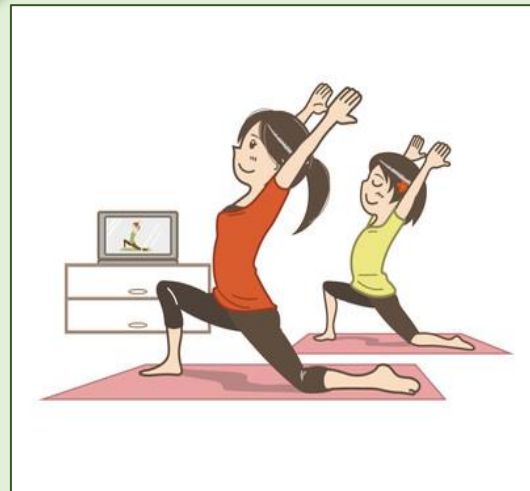
保健管理センター2階多目的室を
ヨーガ体験スペースとして開放しています。
(大型モニター、ヨガマット完備)
利用希望の方はご連絡ください。

Zoom 配信での参加は予約不要です。
Zoom ID は、開催日の前週金曜日と前日に
大学のメールで送信します。
ご自由にご参加ください。

初心者の方大歓迎です！



参加無料
当日参加 OK



ヨーガ講師



石垣 倫子 先生

好きな時間で自由に
入室・退室OKです！

対面クラスの予約は保健管理センター受付、電話、メールで！
部活仲間での参加や男子学生もお待ちしています！

<お問い合わせ先>

保健管理センター

TEL: 058-293-2173 (平日: 8:30～17:00)

E-mail: hokencen@gifu-u.ac.jp

