


ヨーガ教室 ~心も体もすっきり!~

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!

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。

初心者の方大歓迎です! 

参加無料
当日参加 OK

好きな時間で自由に
入室・退室OKです!

ヨーガ講師
石垣 倫子 先生



2月16日(水) 18:00~
開催日 (Zoom 配信のみ開催)

2月22日(火) 13:00~
(対面とZoom 同時開催)

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。

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おります!

<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

