



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



<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

10月12日(水) 13:00～
(Zoom 配信のみ開催)

開催日

10月26日(水) 13:00～
(Zoom 配信のみ開催)

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。

